Dorothée Koechlin de Bizemont

Universsul lui Edgar Cayce IV

Mulţumiri

Aş vrea să le mulţumesc aici, la modul general, tuturor acelora care m-au ajutat să-l popularizez pe Edgar Cayce. Fiind foarte mulţi, nu-i pot aminti pe toţi!

Dar „calculatoarele” cereşti ţin o contabilitate mai exactă decât a mea, ele ştiu foarte bine despre cine este vorba şi ce a făcut fiecare. Rudele, prietenii şi ghizii noştri din lumina lumilor nevăzute sunt prezenţi şi atenţi la cel mai mic detaliu. Când aceste entităţi invizibile se află în Iubire, adică Energia continuu Creatoare pe care o numim „Dumnezeu” în limba noastră, ele au un singur gând, acela de a ne ajuta. Asta mi-au spus mereu Philippe Koechlin-Schwartz şi Edgar Cayce. Ii rog deci, în fiecare clipă, să-i ocrotească, să-i ajute, să le fie în preajmă şi să le împlinească rugăminţile tuturor acelora care au cutezat să mă ajute. Cu cât înaintăm în viaţă, ne dăm seama cât de adevărat este cuvântul Evangheliei: Veţi primi înapoi însutit ceea ce veţi da.

De multe oh, nu pot dărui decât un zâmbet, o mulţumire, o clipă de ascultare, o adresă utilă (mai ales prin asociaţia „Le Navire Argo”). Dar ceea ce nu pot să fac eu, vor face Forţele Creatoare (vorba lui Cayce)!

Timpurile care vin vor fi dintre cele mai frământate, vor fi nişte prefaceri - „THE CHANGES”,

spunea Cayce, folosind un cuvânt-sac, unul din acei termeni atât de încăpători încât pot cuprinde şi binele şi răul... Problema este să ştim dacă aceste prefaceri vor fi mari sau mici. Primim la ora actuală suficiente mesaje pentru a tălmăci cuvintele lui Cayce până la ultimul şi pentru a înţelege că aceste PREFACERI vor fi „mari”, chiar „foarte mari”. Dar am să vorbesc despre ele în această carte!

SCURT REZUMAT
pentru cei care nu au citit volumele precedente

Cine era Edgar Cayce?

Un american din sudul Statelor Unite, care a venit pe lume la 18 martie 1877, în Hopskinville, Kentucky, într-o familie de oameni simpli, albi de rând, urmaşi ai unor francezi protestanţi (hughenoţi alungaţi de Revocarea Edictului din Nantes). A murit la 3 ianuarie 1945, la Virginia Beach.

Ce meserie practica? Era profet, clarvăzător, medium, vindecător?

Câte puţin din fiecare, după ce încercase toate slujbele mărunte ale vremii sale - a fost, între altele, şi căutător de petrol. A rămas, o vreme, la meseria de fotograf şi, după o serie de dezastre financiare, a înţeles că nu-i mai rămânea decât să acorde consultaţii medicale prin clarvedere: adică să descrie starea bolnavului, să explice cauzele bolii, să prescrie o reţetă. Aşa a ajuns în închisoare, la New York, în 1931, condamnat pentru practică medicală ilegală *(„practicing medicine without a licence”).*

Ce este o „lectură”?

Folosindu-şi clarvederea, Cayce făcea o evaluare a situaţiei, iar secretara nota totul în stenogramă. „Lecturile” (Am ales acest echivalent pentru *lecture* (fr.) / *reading* (engl.), ca să nu existe nici o confuzie posibilă cu „ghicitul”, pe care ghicitoare mai „emancipate” încep să-l numească „citire”. (N.tr.)) au fost dactilografiate, clasificate şi alcătuiesc astăzi „Fondul Cayce” al bibliotecii A.R.E. - Asociaţia pentru Cercetare şi Iluminare, adică „The Edgar Cayce Foundation”, cu sediul în Virginia Beach, statul Virginia.

Lecturile, de factură pur medicală la început, şi-au lărgit treptat orizontul: analiză psihologică, analiză astrologică, comentarii istorice şi chiar preistorice, analize ştiinţifice, literare, artistice, comentarii ale Bibliei şi, în fine, profeţii.

Ce reprezintă numărul fiecărei lecturi?

Numele consultantului care a cerut-o (i se păstrează anonimatul şi, în felul acesta, este protejat de persecuţiile religioase, deloc rare în America tradiţională).

De ce folosea Cayce acel cuvânt bizar, „entitate”?

Limbajul caycian este, într-adevăr, foarte special. În aceeaşi situaţie s-au aflat foarte des clarvăzători de marcă (vezi Rudolf Steiner şi Helena Petrovna Blavatsky, care nu se puteau lăuda cu claritatea stilului!).

„Entitatea” înseamnă „sufletul şi spiritul” persoanei care solicită consultaţia. Este eul său real şi etern, care dăinuie de la un secol la altul, fiind cu mult

mai vast decât personalitatea aparentă a încarnării prezente. Entitatea traversează „serii de încarnări”, o întreagă traiectorie în Timp şi Spaţiu, ca să evolueze.

„Serii de încarnări?”

Da, Cayce este unul dintre primii care au revelat, la acelaşi consultant, o serie de vieţi anterioare trăite pe Pământ, explicând cum se leagă una de alta. Totuşi el nu dezvăluie niciodată toate încarnările unui consultant, limitându-se numai la cele trei, patru sau cinci care influenţează viaţa prezentă.

Edgar Cayce a scris cărţi?

La drept vorbind, cu excepţia unei plachete despre aure, aşa cum le vedea el, n-a publicat nimic. În schimb, răspundea la multe scrisori: ne-a rămas de la el o corespondenţă bogată. Dar nu scria în transă mediumnică - starea în care intra pentru renumitele „lecturi”, pârând că doarme.

Era vorba de o transă hipnotică?

Nicidecum! Fiecare medium, sau clarvăzător, sau *channel* (canal) are modul său de a intra în stare de transă, sau receptivitate, ori, cum spunem azi, „a se branşa” („to tune upon”, vorba lui Cayce). Cayce nu primea nici o altă sugestie hipnotică decât aceea de a adormi, de a răspunde la întrebări i şi de a se trezi la sfârşitul şedinţei. Spusele sale erau întotdeauna extrem de neaşteptate pentru familie.

A făcut multe „lecturi”?

Nu li se cunoaşte exact numărul pentru că multe din cele de început s-au pierdut. Specialiştii estimează

că ar fi vreo 12400, dar oricând se poate reveni asupra acestei cifre.

Cayce... pomenit tot mai des

În sfârşit, a dat Dumnezeu! Se împlinesc douăzeci de ani de când încerc să-l popularizez prin articole, cărţi,] conferinţe, emisiuni. Am petrecut trei ani la fundaţia din Virginia Beach ca să-l studiez şi am devenit specialista franceză în „fenomenul Cayce”.

Am primit, cândva, un mesaj de la el, prin care îmi i spunea „că vrea să fie foarte cunoscut în Franţa şi că va fi”. Cred că era o chestiune sentimentală, datorată originii sale franceze. Altădată, mi-a spus această frază enigmatică: „timpul ne grăbeşte” - bănuiesc că din cauza apropiatelor prefaceri I planetare, despre care voi vorbi puţin la sfârşitul acestei cărţi. Oamenii trebuie pregătiţi pentru evenimentele acestui sfârşit de i secol, ca să le poată trăi în cel mai bun mod cu putinţă - împăcaţi cu sine, cu aproapele şi cu Natura.

PRIMA PARTE - PRINCIPIILE DE BAZĂ ALE DIETETICII CAYCIENE

Introducere

În volumele anterioare, am redat o seamă de lecturi cayciene despre alimentaţie. Întrucât cititorii au primit cu interes recomandările alimentare din volumul al III-lea (pag. 109-214), iată acum urmarea. Aşadar, veţi găsi la început principiile generale ale alimentaţiei cayciene, apoi cazul particular al unor alimente:

1. legumele
2. ouăle

3. lactatele

4. zaharurile, inclusiv mierea.

Am putea evoca şi altele, ca băuturile, fructele de mare, peştele, cerealele etc..., dar spaţiul este limitat. Poate le vom analiza într-un eventual volum V!

În a doua parte a lucrării, vom vorbi de un domeniu unde Edgar Cayce este considerat, în Statele Unite, o dată în plus, un pionier: apărarea mediului înconjurător.

În fine, ca să rămânem în spiritul volumelor precedente, în care Cayce analiza Istoria din unghiul reîncarnării, vom urma din nou acest fir conducător, pentru a studia acum istoria unei arte foarte importante: arta dansului. Cayce a vorbit mult despre ea. Parcurgând evoluţia istorică a dansului, se vede totodată istoria comună a unor grupuri de suflete, adică exact ce dorea Cayce să le arate celor care-l ascultau, pentru a-i îndemna la meditaţie. Vă propun, deci, în ultima parte, un fel de meditaţie pe tema: dansul de-a lungul epocilor - întrucât dansul este deopotrivă manifestare fizică şi terapie.

1. Boala începe din farfurie

Vocaţia de căpătâi a lui Cayce era, înainte de toate, ***„să vindece fiinţele care suferă”*** aşa cum spunea el însuşi cât a trăit şi mi-a confirmat-o, după moarte, în mesaje personale (Autoarea-medium se referă la comunicarea cu spiritul lui Edgar Cayce (N tr.)). Meseria de vindecător, pe care a exercitat-o cu atâta succes şi care i-a adus o notorietate meritată, începe de la nivelul practic. Orice medic, sau vindecător, pune un diagnostic urmat de prognostic, apoi de o reţetă.

Or, în această privinţă, Cayce pune la loc de frunte alimentaţia. Un medic bun ar trebui să înceapă întotdeauna cu ea - ca Hipocrate, care spunea: „Alimentul să-ţi fie medicament”. Ne-am născut din pământ, suntem în continuă rezonanţă cu el şi, de aceea, raportul nostru alimentar cu fiinţele vii - animale şi vegetale - este de cea mai mare importanţă. Să meditãm deci asupra principiilor alimentare pe care le alegem, coroborându-le cu filosofia personală. Sănătatea, boala ni le creăm singuri, aşa cum spune Cayce:

„În ceea ce priveşte eul fizic şi mental, Spiritul le construieşte. Atitudinea personală a fiecărui individ, ca entitate, faţă de tot ce-l înconjoară (fiinţe vii şi evenimente) creează un egregor vibrator în el şi în jurul său. Acest egregor susţine energiile corpului său fizic şi tot ce alimentează aceste energii.

Luaţi, de pildă, cazul celui care consumă rodul viei, sau o cereală, sau orice alt aliment - ***şi care cultivă în inima sa flacăra resentimentului, animozitatea, ura. Cum să nu acţioneze atitudinea lui mentală şi spirituală asupra digestiei şi asimilaţiei acestor alimente materiale, la nivelul corpului fizic?”*** (Lectura 1662-1)

Înţelepciunea populară a spus-o, de altfel, dintotdeauna: mâncarea „stă în gât” dacă nu este consumată într-o atmosferă destinsă şi prietenească! Iată de ce arta primirii oaspeţilor este atât de importantă. Stăpâna unei case liniştitoare, care creează destindere amicală într-o ambianţă de frumuseţe şi iubire, este ceva esenţial în tradiţia noastră: mesenii vor mistui mai bine! Nu se recomandă

„masa de afaceri”, dacă se oferă astfel prilejul unei înfruntări financiare sau umane - nici mesele servite în picioare, în grabă, într-un cadru zgomotos (cum propune Mac Do’). Aşa cum spune Cayce.

„Mai presus de orice, obişnuieşte-te să nu înfuleci niciodată, înghiţind mâncarea în grabă. Mestecă pe îndelete, ca să poţi asimila bine (...). Nu uita să bei întotdeauna multă apă înainte şi după masă (...), ceea ce va crea în stomac cele mai bune condiţii pentru digestie. Consumă, la orice aliment, apă curată. Acest prim act al digestiei va porni maşina digestivă în cele mai bune condiţii”. (Lectura 311-4).

„Fiecare îmbucătură - chiar şi o gură de apă - trebuie mestecată cel puţin de patru-douăzeci de ori (...), pentru a produce, prin masticaţie, saliva necesară activităţii stomacului”. (Lectura 3823-3)

Aşadar, mâncaţi în tihnă! Graba nu face bine la digestie!

La originea oricărei boli stă o acumulare de deşeuri

În filosofia cayciană, regimul alimentar este primordial. Nu este posibilă vindecarea dacă ne hrănim prost. Teoria de bază este următoarea: toate bolile (toate, fără nici o excepţie!) îşi au originea într-o eroare de gândire. Ignoranţa, revolta, perversitatea etc. transpun gândurile greşite în emoţii distructive, pentru că gândul este un act, o undă de energie care se propagă în corpul fizic şi loveşte pe loc glandele endocrine majore, care constituie punctul de contact între cele trei corpuri: mental, fizic şi spiritual (Vezi

Universul lui Edgar Cayce, voi I (p. 30-34) şi voi II (p 20-24)). Or glandele endocrine majore (epifiza, hipofiza, tiroida, timusul, suprarenalele, gonadele şi celulele lui Lyden sau Leydig) sunt butoanele care comandă toate organele şi toate sistemele corpului.

Se ajunge astfel - foarte repede! - la perturbarea sistemului digestiv. „Maşina” digestivă transformă alimentul în vederea asimilării „principiilor” utile. Odată încheiată această acţiune, apare necesitatea eliminării deşeurilor. Aparatul urinar şi intestinele nu sunt singurele „emonctorii” care elimină resturile neasimilabile: respiraţia face acelaşi lucru, evacuând din organism gazele poluate cu deşeurile noastre; pielea evacuează, cum poate, aceste deşeuri - în mod normal, prin transpiraţie şi, în mod anormal, prin coşuri şi dermatoze diverse („pustula”, „macula” şi „papula”!). Lacrimile, saliva, mucusul nazal, ciclul menstrual etc. joacă acelaşi rol de evacuare.

Rezultă de aici un principiu de bază: nu supraîncărcaţi organismul cu deşeuri, căci ele sunt cauza fizică a tuturor „bubelor”!

Iată, de exemplu, o lungă analiză a consecinţelor unui regim alimentar nefast (ceea ce se numeşte la noi (în Franţa) „ficatul cardiac”):

„Cauza cea mai importantă a bolii, la dumneavoastră, la nivelul bronhiilor şi plămânilor, este alimentaţia. Tulburarea pneumogastrică, slăbirea circulaţiei în plămâni şi tulburările cardiace, totul provine dintr-o îmbâcsire a arterelor, supuse unei presiuni anormale prin canalul digestiv, la ieşirea din stomac, Iată ce nu merge: erorile digestive se repercutează cu uşurinţă asupra inimii. Asta vă îmbolnăveşte. Atunci, ce regim trebuie să

urmaţi? Nu dulciuri, din acest motiv, nu carne [nici carne de porc, nici cârnaţi, da?], ***ci mai degrabă legume verzi (...) pentru curăţarea sistemului digestiv şi revitalizarea sângelui".*** (Lectura 4810-2)

Oricine ştie că, după ce mâncăm, maşina digestivă prelucrează alimentele; ea le descompune în trei tipuri de produşi: grăsimile, zaharurile şi acizii aminaţi. S-ar părea că alimentaţia modernă a favorizat primele două tipuri în detrimentul celui de-al treilea. Dar tocmai cu acizii aminaţi îşi reface ADN-ul nostru propriile proteine. Dacă abuzăm de primele două categorii alimentare, provocăm o carenţă de acizi aminaţi care, în principal, duce la o degenerescenţă. Şi tocmai aceste carenţe au devenit mortale pentru noi. Aceste „boli cronice de sistem", cum sunt numite, abundă mai ales în ţările occidentale cu nivel înalt de dezvoltare, unde este prea multă mâncare, iar alimentele sunt prea bogate în zahăr şi grăsimi. Bolile de sistem slăbesc „terenul", adică tot organismul, afectând nu numai un organ, ci totul, puţin câte puţin; ele sunt numite artrite, artroze, reumatisme care-i paralizează treptat pe cei atinşi, afecţiuni cardiovasculare, cancere, depresii nervoase, dermatoze, alergii, scleroze în plăci etc. Aşa cum spune Dr. Raphaël Nogier:

„În 1970, un om din patru moare de cancer. În 1990, unu din trei. Dacă nu facem nimic, în anul 2000, un om din doi va fi atins". (***Panorama du Médecin /*** *Orizont medical,* 17 noiembrie 1993. Vezi, de asemenea, Dr Raphael Nogier, **Ce *lait qui menace les femmes*** / *Laptele care ameninţă femeile,* Ed. du Rocher, pag. 22.)

Cât despre bolile virale, ele sunt la fel de ucigătoare, căci apărarea noastră împotriva agresiunilor exterioare este din ce în ce mai slabă, tot din cauza carenţelor generate de regimul j alimentar occidental. Tot Dr. Nogier spune:

„Oricum, antibioticele nu au nici un efect asupra virusurilor (...). În studenţie, n-am auzit nici un cuvânt despre dietetică. Niciodată! Nimic despre alimentaţia corectă (...). Abia când am început să practic, mi-am dat seama de importanţa alimentaţiei asupra sănătăţii. O mare parte a bolilor cardiovasculare, a cancerelor, bolilor reumatismale, alergiilor, migrenelor etc. poate fi imputată, pe drept, proastei alimentaţii. Practica mea medicală mi-a demonstrat că scandinavii şi anglosaxonii mănâncă prea mult şi prost”. (*Ibid.* Vezi mai departe ceea ce se referă la alimentaţia de tip mediteranean)

Nici Cayce nu spunea altfel! Acelaşi medic continuă:

„În mod incontestabil, apare tot mai mult o uniformizare a meniurilor propuse. Alimentaţia se bazează pe carne, cereale incomplete, multe lactate, puţine legume verzi, puţine fructe proaspete. Dar această alimentaţie nu este cea mai bună!”

Rezultatul alergăturilor (după mâncare): noi ăştia, occidentalii, îndopaţi cu carne şi dulciuri, suferim nu numai de „boli de carenţă”, ci şi de „boli de exces”.

„Ele se întâlnesc cel mai frecvent în Europa şi în Statele Unite şi ridică grave probleme puterilor politice; din cauza lor, o societate devine invalidă”. (1)

Vai! Exact asta am văzut acum doisprezece ani, în Statele Unite - un spectacol lamentabil oferit de acea mulţime de fiinţe deformate de obezitate şi îmbrăcate

fără nici un gust: acesta să fie, oare, modelul pe care ni l-am ales?

„Dezvoltarea industrială a creat bogăţii, iar omul occidental dispune de prea multe alimente. Mănâncă prea mult, iar alimentaţia sa este prea grasă. Acest exces nu întârzie să dea naştere bolilor: infarctul, arterita, obezitatea, ciroza, pancreatita, diabetul, accidentul vasculocerebral etc...”

Iar „O.M.G”-urile (=organismele modificate genetic) riscă să nu îndrepte lucrurile...

Ah, iar vorbim de vegetarieni!...

Cunosc persoane care, numai la auzul cuvântului „vegetarian”, fac alergie şi l-ar jupui de viu pe cel care-l rosteşte! Iar în unele saloane, este de bonton să-i iei peste picior pe consumatorii de vegetale.

Din păcate, studii ştiinţifice întreprinse în diverse ţări (Marea Britanie, Franţa, Statele Unite etc.) tind să confirme că ideea renunţării la carne nu e chiar atât de nesăbuită ... Dacă fanatismul unor grupuri de vegetarieni face nesuferite teoriile lor alimentare, ar trebui să nu ajungem totuşi în situaţia de a nu mai vedea pădurea din cauza copacilor.

Pr. Henry Joyeux scrie:

„Mortalitatea prin cancer este redusă cu 40% la subiecţii vegetarieni. Acest lucru se verifică mai ales în cazul cancerelor de sân, colon, rect, dar şi de prostată. Mortalitatea prin boală cardiovasculară s-a redus cu 50% (A se vedea al 15-lea Congres Internaţional de Nutriţie, ţinut la Adelaide, Australia, în octombrie, 1993) în Marea Britanie, Serviciul naţional de Sănătate cheltuieşte pentru un vegetarian 12.340 de lire (cam 130.000 de franci la vremea respectivă) prin tratament

spitalicesc, pe toată durata vieţii; timpul de spitalizare reprezintă doar 22% din cel al unui omnivor, pentru care se cheltuieşte în media 58.062 lire (adică 610.000 franci)”- (Pr. Henri Joyeux, ***Changer d'alimentation, prévention des cancers / Schimbarea alimentaţiei, prevenirea cancerelor,*** Ed. F. X. de Guilbert, col. Écologie Humaine, ediţia a 4-a, 1994.) în orice caz, vegetarianul scapă de prionul ucigaş transmis de biata „vacă nebună” !)

Uluitor... pentru nişte inşi cărora, pe ţărmul francez al Canalului Mânecii, li se spune „rosbifs” (zdrahoni, n.tr.)! Dar am ţinut să-l citez pe profesorul Joyeux pentru că, astăzi, ansamblul cercetării avansate tinde să-i împărtăşească opinia. Cei care râd de vegetarieni prin saloanele mondene se vor trezi, poate, într-! un târziu... prea târziu! Totuşi, când ai cât de cât acces la unele informaţii medicale corecte, înţelegi reacţiile în favoarea vegetarianismului.

Dacă Cayce, venit prea devreme, nu putea încă să ceară scoaterea cărnii din alimentaţie (ceea ce era de neînchipuit în contextul epocii şi ţării sale), el repetă totuşi neobosit: *„Mai puţină came, mai multe legume”!* De ce? Pentru că acest exces de grăsimi, de care vorbesc Dr. Nogier şi Pr. Joyeux mai sus, este în primul rând un exces de grăsimi animale prezente în carne, lactate şi ouă.

Iată două lecturi cayciene tipice pentru acest subiect (pe care l-am evocat, de altfel, în volumul III, la capitolul despre carne):

„Întâi şi-ntâi, atenţie la ce mâncaţi. Când o ***să înţelegeţi că organismul dumneavoastră absoarbe sau digeră anumite alimente mai bine decât altele, în anumite condiţii, o să pricepeţi în sfârşit că nu vă trebuie carne. Orientaţi-vă mai***

mult spre legume şi consumaţi cel puţin o legumă crudă pe zi. De ciorbe şi supe cu carne, să nu abuzaţi!” (Lectura 3727-1)

„Regimul meu vegetarian este bun? Să-l ţin în continuare?

- ***Legumele reprezintă calea naturală, ceea ce este normal, şi ele înseamnă curăţarea corpului. Deci continuaţi; ele răspund nevoilor corpului, în funcţie de modul în care vă cheltuiţi energia. Dacă lucraţi mai ales în plan intelectual, da. Însă dacă începeţi să lucraţi mai mult fizic - şi acest lucru o să se întâmple cândva va trebui să faceţi câteva schimbări în acest regim*** (vegetarian)”. (Lectura 1554-6, făcută în 1938, pentru o femeie de 47 de ani)

Să zicem că alegerea înţeleaptă, după Cayce, este (pentru această persoană ca şi pentru majoritatea consultanţilor săi) un regim „aproape” vegetarian. Dar să ne înţelegem în privinţa acestui termen: Cayce nu include pasărea şi peştele în categoria „cărnii” *(meats).*

Mai există un aspect care ţine de epocă. Este sigur că poluarea loveşte acum mult mai puternic decât în vremea lui Cayce. Poluarea chimică, poluarea electrică, poluarea sonoră şi vibratorie... Dacă regimul vegetarian „bio” ne permite să scăpăm parţial de această poluare, din nefericire, proteinele vegetale, grăsimile vegetale conţin şi ele pesticide şi alte reziduuri toxice. Putem să spunem doar că majoritatea produselor animaliere de acum sunt şi mai poluate decât produsele vegetale. Căci grăsimile animale absorb ca un t burete, şi în cantitate mare, toate substanţele chimice nocive.

Concluzia raţională este că un regim bazat pe cereale, fructe şi legume ne intoxică în mod cert mai puţin (dieteticienii sunt de acord!). Şi dacă aceste produse vegetale provin din agricultura biologică, este şi mai bine: dacă le încercaţi, veţi constata o diferenţă evidentă în felul cum vă simţiţi în fiecare zi (a se vedea mai departe).

Dar nimeni nu mai poate spera că, odată cu trecerea timpului, va scăpa de poluarea galopantă care cuprinde planeta. De aceea, unii savanţi - John Gribbin (John Gribbin, *La Terre Serre / Sera Terra,* Ed. du Rocher)), de exemplu - sunt pesimişti. Singura filosofie posibilă: „o să ne obişnuim” pe zi ce trece... şi fie ce-o fi! Adică... aşa cum spuneau marinarii noştri pe vremea corăbiilor cu pânze, cu Dumnezeu înainte!

Hrana crudă: pro sau contra?

Se ştie sigur că prin gătirea alimentelor, distrugem majoritatea vitaminelor. Acelaşi rezultat îl au diversele procedee de conservare. Refrigerarea, şi ea ca şi diverse forme de congelare, nu este mai brează!

Şi atunci, trebuie să mâncăm hrană crudă?

Unele şcoli dietetice aşa preconizează. Să le dăm dreptate: „crudivoriştii” obţin rezultate într-o vară, fără să cunosc toate aceste teorii, am făcut o experienţă: timp de 15 zile, m-am hrănit exclusiv cu suc de legume şi fructe. Aveam acasă o mică minune elveţiană, un aparat ce devora vegetalele cu care-i umpleai gura şi apoi le scotea pe partea cealaltă, sub formă de suc: pe vremea aceea, era ceva nemaivăzut

Rezultatul experienţei: m-am simţit extraordinar în săptămânile care au urmat. Această „cură de sucuri” mă făcea să fiu într-o formă excelentă, tăindu-mi foamea. Era exact ceea ce preconiza Edgar Cayce, însă eu nu-l cunoşteam pe atunci (vezi volumul III).

De asemenea, m-a frapat lectura ***Viziunilor lui Anne-Catherine Emmerich*** (*Visions d'Anne-Catherine Emmerich,* Ed. Tequi): referindu-se la comunităţile eseniene din vremea lui Christos, despre care am scris în primul volum al ***Universului lui Edgar Cayce*** clarvăzătoarea amintea anumite particularităţi alimentare, între care abstinenţa de la orice aliment gătit. Ulterior, alte comunităţi monastice din lumea creştină şi de aiurea au practicat acest tip de alimentaţie, fără a face caz de vegetarianism, care era regula marilor ordine religioase din Occident.

Se poate el aplica oricui şi oriunde? în mod sigur, nu. Când este frig, un aliment cald se digeră mai bine: sistemul digestiv cheltuieşte mai puţină energie termică pentru a-şi încălzi maşinăria.

Cayce, deşi partizan al salatei crude, stropite cu ulei de măsline, nu este niciodată fanatic. Dacă majoritatea bolnavilor săi au tendinţa să consume prea multă mâncare gătită (şi atunci le lipsesc vitaminele!), alţii nu suportă deloc hrana crudă. Prin urmare, trebuie să ne adaptăm la situaţie, Iată, de exemplu, o doamnă de 51 de ani, preocupată de alimentaţie, îi pune lui Edgar întrebarea următoare:

„Am impresia că mâncarea gătită îmi provoacă gaze intestinale. Spuneţi-mi, dacă este adevărat, atunci trebuie să mănânc mai multe crudităţi?

- În cazul dumneavoastră, răspunde Cayce, ***nu e de vină mâncarea gătită, ci mai degrabă trebuie respectată o problemă de echilibru.***

Alimentele crude provoacă mai multe gaze intestinale decât alimentele gătite dacă nu faceţi suficientă mişcare; şi acest lucru ar trebui să-l înţelegeţi dacă aţi asculta Natura! Dacă alimentele gătite sunt bine echilibrate, ele nu provoacă acest gen de tulburări". (Lectura 1703-2)

Deci, există nuanţe! De fapt, atitudinea generală adoptată de Cayce faţă de majoritatea bolnavilor săi este următoarea:

„Niciodată, prăjeli. Cel puţin o masă pe zi, alcătuită numai din legume crude şi proaspete; rămâne să alegeţi dumneavoastră dacă va fi prânzul sau cina, deşi ar fi de preferat la prânz". (Lectura 1276-1)

Am aici un teanc enorm de lecturi unde Cayce recomandă această masă zilnică, alcătuită din crudităţi, pentru a trata suferinţe atât de răspândite ca obezitatea, reumatismul, constipaţia, maladia Parkinson, anemia, viermii intestinali, insomnia, sechelele de la accidente, tuberculoza, epilepsia etc.

Bineînţeles, acest lucru nu înseamnă că toate bolile de ! mai sus au fost vindecate de Cayce numai prin hrană crudă; dar cum majoritatea pacienţilor săi au beneficiat de ameliorări importante şi adesea chiar de vindecare completă, ne putem gândi că aceste regimuri de crudităţi au reuşit să cureţe terenul, contribuind mult la vindecarea definitivă.

Totuşi, nu ştim întotdeauna cărei prescripţii exacte să-i atribuim cutare sau cutare vindecare obţinută de Cayce, pentru că - pe lângă regimul alimentar - el recomanda şi manevre osteopate, tratamente prin electroterapie, o reformă a igienei vieţii (mai ales gimnastica corectivă, hidroterapia şi masajele) şi, bineînţeles, unele medicamente locale

(Acum e lipsit de sens să le procurăm din Statele Unite aşa cum mi se cere în sutele de scrisori pe care le primesc săptămânal! De ce? Păi pentru că, în general, formulele laboratoarelor americane s-au schimbat de atunci (s-au adăugat coloranţi, diverşi aditivi, vitamine etc.). Şi, în fine, pentru că însuşi Cayce spunea să ne îngrijim cu produse ale solului din zona unde trăim, din motive de afinitate vibratorie! Pentru fiecare specialitate recomandată de Cayce, există în farmaciile noastre unul sau mai multe medicamente echivalente, care au exact acelaşi efect!).

Totuşi, recomandarea crudităţilor este destul de frecventă ca să ne mai îndoim de importanţa ei. Sunt foarte multe lecturile pe această temă:

„Cât despre regim, va trebui să nu mai consumaţi cantităţi mari de carne, indiferent care ar fi situaţia. Mai bine legume, fructe, citrice, nuci. Ar fi cu mult mai bine în starea dumneavoastră. Mai ales, serviţi în fiecare zi cel puţin o masă alcătuită din legume proaspete, nu neapărat „verzi” la culoare, dar în toată „puterea”, prospeţimea, cruditatea lor. Salate de lăptuci, ţelină, morcovi, varză (verde sau roşie), roşii, ardei graşi etc. Puteţi pune şi maioneză”. (Lectura 583-8)

Nu se poate mai clar de-atât! iată apoi un caz de obezitate, boală pentru care marele public acuză mai ales regimul alimentar:

„Fiecare masă ar trebui să fie precedată de un suc de struguri, cu treizeci de minute înainte de a mânca.

La prânz, ar trebui să mâncaţi fie legume gătite sub formă lichidă, ca supele, fie legume crude, sub formă de salate de ţelină, lăptuci,

roşii, morcovi etc... Toate acestea, crude, rase sau chiar sub formă de suc crud, extras din legume cu o centrifugă, da?” (Lectura 2315-1)

Pentru multe alte boli, nu se face legătura cu alimentaţia pentru că terapia nutriţionistă nu intrase încă în obiceiurile noastre. De asemenea, poate că marele public este dezorientat de divergenţele dintre diversele şcoli de dietetică (fiecare din ele crede că deţine adevărul ca pe o proprietate exclusivă). Un lucru e sigur: este mult mai uşor să te răzbuni pe ucigaş - adică pe microb - cu o doză de antibiotic, decât să-ţi schimbi alimentaţia. O tabletă, o injecţie cer mai puţin eroism cotidian decât o disciplină alimentară.

Iată, de exemplu, un caz de maladie Parkinson:

„Spuneţi-mi, domnule Cayce, ce alimente trebuie să consum şi ce să evit?

- Preferaţi-le pe acelea care conţin vitaminele B1 şi E. Renunţaţi la majoritatea făinoaselor. Consumaţi multe legume crude”. (Lectura 3491-2)

Sau un alt simptom care face ravagii: insomnia:

„Mâncaţi multe legume gătite cum trebuie. Şi, în plus, măcar o masă pe zi alcătuită în principal din legume crude şi proaspete. Amestecaţi-le, cu sau fără sos, aşa cum veţi dori. De exemplu: lăptuci, spanac, ţelină, roşii etc... În fiecare zi trebuie să serviţi cel puţin o masă bazată pe această salată crudă.

Dacă urmaţi această recomandare, veţi vedea că o să vă simţiţi mai bine.

Cât despre carne, nu înseamnă că vă este interzisă dacă nu am menţionat-o aici; pur şi simplu nu vă bazaţi meniurile pe ea. Carne să mâncaţi rar şi puţin. Majoritatea regimului

dumneavoastră trebuie să cuprindă aceste legume pe care vi le-am indicat”. (Lectura 2057-1)

Iată cazul unei eczeme provocate de alergia la unele metale. Aceasta este o formă de otrăvire, care poate fi vindecată astfel:

„Din regimul dumneavoastră, carnea trebuie scoasă cel puţin zece zile. La nevoie, doar peşte sau pasăre. În schimb, mâncaţi cantităţi mari de legume crude, mai ales creson (Nasturtium officinale (N. tr.)) ***ceapă, ţelină, lăptuci etc...”*** (Lectura 3422-1)

Dintre bolile foarte grave, iată aici un caz de epilepsie:

„La prânz, legume proaspete şi crude, de preferinţă lăptuci, morcov, ţelină, praz, ceapă etc. Puteţi consuma, tot la această masă, uleiuri, de exemplu ulei de măsline, pentru a face legumele mai gustoase”. (Lectura 521-1)

Sau tuberculoză:

„Legumele sunt foarte bune pentru dumneavoastră, în special când sunt crude. Faceţi salată de crudităţi, pe care o puteţi drege adesea cu gelatină sau cu uleiuri alimentare”. (Lectura 5053-1)

La ora actuală, totuşi este bine să ne ferim de ***„gelatină”,*** căci este obţinută adeseori din oase de vită şi nu se ştie dacă vitele respective n-au fost contaminate cu prionul răspunzător de encefalita spongiformă bovină (ESB), adică *boala vacii nebune.* Aceasta se transmite la om sub forma maladiei Creutzfeld-Jacob, boală mortală care nu poate fi vindecată.

În fine, iată mai multe cazuri de reumatism, artrită, artroză:

„Mâncaţi mai ales alimente energizante pentru sânge şi organism. Totuşi, măcar o masă, dimineaţa sau seara, să fie alcătuită numai din legume crude şi proaspete, combinate în salată sau simple, ca singur fel de mâncare. Le puteţi drege cu ulei. Veţi obţine un regim predominant alcalin (Despre raportul aciditate-alcalinitate, puţin mai departe în acest volum)***, dacă veţi servi o masă de crudităţi în fiecare zi”.*** (Lectura 983-1)

„Consumaţi legume crude care nu conţin prea multe substanţe indigeste pentru intestin. De exemplu, mâncaţi des ţelină, lăptuci, roşii şi, de asemenea, morcovi, sfeclă de zahăr, cu prietenii lor”. (Lectura 3014-1)

„La prânz, masa dumneavoastră ar trebui să se limiteze la legume crude. Acestea trebuie să alcătuiască cel puţin o masă pe zi, fie la prânz sau seara, după cum vă convine. Puteţi combina aceste legume; le radeţi sau le tocaţi împreună. Spălaţi-le înainte, desigur, dar păstraţi-le coaja, indiferent de tipul legumei: morcov, ceapă, lăptucă, ţelină, cimbru. Mâncaţi ridichile cu tot cu frunze”. (Lectura 622-1)

Această recomandare a lui Cayce necesită câteva comentarii: mai întâi, el nu vede nici un inconvenient - pentru acest bolnav ca şi pentru majoritatea celorlalţi - în combinarea diverselor feluri de legume crude, ceea ce nu este valabil pentru legumele gătite (despre care spune că e mai bine să le: gătim una câte una, separat). În fine, el recomandă aici să se I amestece legumele cu frunze, legumele rădăcinoase şi legumele-fructe... Dar vom vedea mai departe de ce.

Încă o lectură, de data aceasta pentru un caz de menopauză (care nu este o boală, ci o reconvertire a

energiilor, care face ca persoana în cauză să fie mai sensibilă un timp):

„Atenţie, să nu acumulaţi prea multe grăsimi în regimul alimentar, adică alimente care creează aciditate. Nici prea multe feculente, căci au acelaşi efect. Asta ca să nu luaţi în greutate. Mai bine serviţi, o dată pe zi, o masă compusă numai din legume crude". (Lectura 601-6)

Tot acest lucru îl spune şi profesorul Henri Joyeux (pe baza lucrărilor ştiinţifice la care face trimitere):

„Un regim vegetarian - deci bogat în fibre - este cel mai bun antidot pentru osteoporoza care afectează în special femeile, înainte şi după menopauză".

Prin **fibre,** Pr. Joyeux înţelege fibre adevărate, adică plantele care nu sunt denaturate prea tare prin prelucrarea industrială, şi nu acele fierturi vândute ca mic dejun gata preparat, cu argumentul publicitar că sunt „fibre" (sau ceea ce rămâne din ele!).

Iată alt caz: părinţii unei fetiţe de trei ani, care îl întreabă pe Cayce:

„Ce a provocat dezvoltarea acestor viermi intestinali?

\- ***Laptele. Ştiţi că în orice organism, la toată lumea, există ouă de oxiuri în tranzitul intestinal. Dar unele regimuri alimentare, mai ales acesta bazat în special pe lapte, conţin bacili care provoacă înmulţirea florei intestinale. Acolo, înăuntru, s-au dezvoltat rapid viermii şi vor dispărea la fel de repede când îi veţi da acestui copilaş alimente crude şi vegetale.***

- Ar trebui să-i schimbăm şi laptele?

\- ***Nu e obligatoriu. Nu mai e necesar, dacă adăugaţi zarzavat crud, aşa cum v-am spus: el va omorî viermii. Practic, daţi-i lăptuci, ţelină şi***

morcovi** - **chiar în cantitate mică. O singură frunză de salată distruge o mie de viermi”. (Lectura 2015-10)

Ei bine, dacă s-ar cunoaşte acest lucru, laboratoarele nu şi-ar mai vinde medicamentele vermifuge! în schimb, zarzavagiii şi-ar vinde mai bine lăptucile.. În multe din aceste cazuri, chiar grave, vom chema zarzavatul în ajutor!

Sechelele traumatismelor şi accidentelor se numără între bolile ameliorate prin crudivorism. Cayce insistă asupra abundenţei fierului, siliciului şi calciului, necesare organismului pentru a-şi reface sângele şi oasele. Aparent, aceste oligoelemente sunt mai bine asimilate din legumele negătite:

„Regimul alimentar? Ceea ce va fi cel mai uşor asimilat de organismul dumneavoastră, nu simpla dietă lichidă sau semilichidă, ci mai ales alimente care au mult fier şi siliciu pentru a vă reface sângele şi sistemul nervos, în fiecare zi, serviţi cel puţin o masă** - **la prânz sau seara** - **alcătuită numai din legume proaspete şi crude. Aşa se va purifica sângele şi veţi ajuta sucurile gastrice să lucreze în stomac, favorizând în acelaşi timp activitatea pancreasului, a rinichilor şi circulaţia din toată zona hepatică...” (Lectura 478-3)

Un accident poate provoca, într-adevăr, un şoc nervos, care afectează mai mult sau mai puţin toate angrenajele corpului, mai ales în caz de hemoragii mari la organele vitale atinse de şoc. Chiar şi numai zdruncinarea nervoasă este suficientă pentru a deregla funcţionarea foarte complexă a stomacului şi ficatului: apare necesitatea unui regim alimentar ***„uşor asimilabil”.***

Un al doilea caz de traumatism face mai clară prescripţia dietetică:

„Legumele verzi se vor mistui mai bine la masa de prânz. Mâncaţi-le în special crude, in salată: ţelină, lăptuci, ceapă, praz, roşii, ardei gras, ridichi, morcov etc. Şi mai ales germeni de cereale. Puteţi adăuga ulei, ca să le daţi gust. Toată problema dumneavoastră este să găsiţi în ele calciul de care aveţi nevoie. Folosiţi sare iodată, căci acest lucru o să vă ajute mai bine să vă recalcifiaţi şi să vă recuperaţi forţele. În această perioadă de repaus, când sunteţi condamnată la inactivitate fizică, o să vă fie greu să eliminaţi toate toxinele, iată de ce trebuie să mâncaţi legume, a căror acţiune laxativă este mai eficientă în salată” (Lectura 3823-2)

Recomandările lui Cayce privind alimentele crude nu se limitează la fructe şi legume. Unora dintre pacienţii săi le va recomanda unu sau două gălbenuşuri crude în fiecare zi, uneori chiar împreună cu albuşul:

„Mâncaţi ouă, mai ales crude dacă puteţi. Şi când le puteţi digera, mâncaţi oul întreg. Căci albumina conţinută în albuş vă este necesară uneori, dar alteori o suportaţi greu. Puteţi mânca ou bătut cu bere, dacă vă place, sau cu puţin whisky - în cazul oului întreg. Asta, o dată sau de două ori pe zi, o să vă ajute mult la vindecare”. (Lectura 1560-1, pentru o tuberculoasă de 36 de ani)

Cayce le recomandă multor consultanţi să folosească întotdeauna condimentele şi mirodeniile (chiar şi sarea) tot crude:

“Orice asezonare ar trebui făcută cu unt, sare, boia de ardei - sau orice doriţi - dar, mai ales, adăugaţi-le DUPĂ gătit! Gătind condimentele, chiar sarea, distrugeţi majoritatea vitaminelor!” (Lectura 906-1)

Sunt numeroase lecturile unde Cayce recomandă untul crud:

„Nu gătiţi legumele împreună cu carnea. Pentru asezonare, nu folosiţi alt condiment decât puţin unt, adăugat după gătit, cu piper şi sare. Şi alegeţi sarea de mare, care conţine iod: da, este de preferat!” (Lectura 1586-1)

Conservele şi alimentele congelate

Cayce nu manifestă nici un pic de entuziasm pentru ceea ce nu este proaspăt. În 1942, Cayce îi dă următorul răspuns domnului 462, care îl întreabă:

„Ce credeţi despre alimentele congelate, mai ales despre legumele care se găsesc acum pe piaţă? Congelarea distruge anumite vitamine? Ce înseamnă acest lucru în comparaţie cu legumele proaspete?”

„Ar trebui să facem o listă amănunţită, studiindu-le una câte una. Anumite legume sunt afectate mai mult decât altele şi majoritatea vitaminelor sunt distruse”. (Lectura 462- 14)

Se ştie că bacteriile rezistă foarte bine la temperatura de congelare (de la -20 la -30 de grade). Ele „adorm”, dar se reactivează în momentul decongelării şi atunci sunt periculoase, Iată de ce se recomandă să introducem imediat produsele congelate în apă opărită, când le folosim. Dar astfel se distrug şi vitaminele! La fasolea verde, de exemplu, se estimează că o congelare (congelare ultrarapidă, la -40 de grade) distruge doar a treia parte din conţinutul de

vitamină C..., însă problema spinoasă este cum să o gătim, după decongelare, fără să o „ucidem”. Vom relua subiectul mai departe.

Cu conservele propriu-zise, e altă poveste. Se adaugă la ora actuală un întreg arsenal de aditivi; strămoşul lor era, pe timpul lui Cayce, benzoatul de sodiu, pe care el îl interzicea categoric:

„Nu mâncaţi niciodată cantităţi mari de carne. Mai bine peşte, pasăre şi numai câteodată. Regimul alimentar să fie alcătuit mai ales din vegetale de toate felurile. Bineînţeles, să mâncaţi orice legume verzi de primăvară! însă pentru dumneavoastră, nu prea multe legume uscate! Consumaţi-le cât mai proaspete cu putinţă. Puteţi, totuşi, în anotimpul când nu le mai găsiţi proaspete, să le consumaţi conservate, dar să nu conţină benzoat de sodiu!” (Lectura 2084-1, datând din 1940)

Astăzi legumele conservate conţin atâţia alţi conservanţi (şi mult mai afurisiţi!) încât putem fi siguri că Cayce ne-ar interzice cu desăvârşire să le consumăm. Benzoatul de sodiu, numit E211 în numerotarea oficială a CEE, este folosit la ora actuală drept conservant mai ales la creveţi şi caviar. El aparţine familiei foarte dubioase a „benzoicilor”, ai cărei „membri”, spune Antoine Roig, „ridică probleme toxicologice” (***Dictionnaire des additifs et polluants alimentaires*** / *Dicţionarul aditivilor şi poluanţilor alimentari,* de Antoine Roig, Ed. du Rocher, p. 419)(a se înţelege: provoacă intoxicaţii urâte!).

Este interesant de reţinut că în lectura de mai înainte, fetiţa de 11 ani căreia Cayce îi interzice conservele industriale şi legumele uscate, suferă de o infecţie renală.

În toţi aceşti ani cât am militat pentru protecţia consumatorului, în calitatea mea de cronicar medical, mi-a trecut prin faţa ochilor un munte de studii ştiinţifice despre efectele dezastruoase ale aditivilor alimentari asupra sănătăţii. Coloranţi, conservanţi, edulcoranţi - toţi sunt toxici în diverse grade. Dovezile se adună în laboratoare. Ei bine, asta nu ne împiedică să-i consumăm în cantităţi tot mai mari, în conserve tot mai tratate! Trebuie să presupunem că marile grupuri agroalimentare au nişte interese aici... Tot mai mulţi experţi denunţă această otrăvire în masă! Eu îmi trimit cititorii şi cititoarele la excelentul ***Dicţionar de aditivi şi poluanţi alimentari*** al lui Antoine Roig, care a devenit „Biblia” acestui domeniu.

Se vede, în lectura care urmează, că Cayce nu este un client al legumelor conservate:

„Seara, legume, puţină carne. Gătite cum trebuie, sub o formă mai lichidă, ca supa, dar niciodată din cutie, cu excepţia cazului când conserva nu conţine conservanţi de tipul benzoatului de sodiu. Nu folosiţi NICIODATĂ aşa ceva!” (Lectura 1001-1)

Lectura este clară: fără conservanţi! Şi de-ar fi numai ei...

Dar unul dintre marile pericole ale conservelor este, de asemenea, consumarea involuntară a pesticidelor. Pentru că industriaşii care fabrică aceste conserve (Nu mă refer aici la micii producători „bio”, care fac nişte conserve excelente, aşa cum veţi vedea mai departe) fac apel, desigur, la agricultura şi creşterea animalelor care urmăresc doar randamentul... nesocotind sănătatea consumatorului.

Din păcate, rădăcinile plantelor, apoi frunzele absorb insecticidele, care se concentrează ulterior în

flori şi fructe. Un exemplu tragic este cel al otrăvirilor datorate conservelor de afine fabricate în Statele Unite în 1957. Aceste conserve conţineau proporţii mari dintr-un erbicid numit amintriazol. În afara toxicităţii sale crescute, acest erbicid complet s-a dovedit, în cursul experienţelor, puternic cancerigen pentru tiroidă. (Pr. H. Joyeux, op. cit., pag. 58) Din păcate, toate acestea nu le aflăm decât după ce se consumă faptele - prea târziu pentru morţi (aşa cum - din nenorocire! - s-a întâmplat în povestea încă neterminată a „vacii nebune”)!

Cândva, credeam - eu credeam - că bătălia împotriva poluării poate fi câștigată. Astăzi, sunt din ce în ce mai puţin sigură: planeta se asfixiază de la o zi la alta şi asistăm acum la o cursă de mare viteză între poluatori şi apărătorii mediului. Vor sosi aceşti apărători la timp? Poluarea este rodul egoismului, iar învingerea egoismului este o altă poveste! Dacă le pomeniţi celor din jur de alimentaţia vegetariană, de hrana crudă, de alegerea atentă a alimentelor, de refuzul aditivilor şi agricultura biologică, vi se spune cu subînțeles: „Aaa, sunteţi ecologist!... O susţineţi pe Brigitte Bardot în problema salvării puilor de focă... Ştiţi, pe noi nu ne interesează decât salvarea oamenilor!”

Nu se pune problema să salvăm ORI puii de focă ORI copiii din Sahel, ci şi pe unii, şi pe ceilalţi. Urgent, căci totul se înlănţuie. Sângele vărsat inutil pe banchiză contribuie la degradarea generală a ecosistemelor, chiar dacă, la prima vedere, nu este evident (Vezi primul volum din Memoriile lui Brigitte Bardot (Grasset. 1999), unde autoarea expune cu sinceritate şi curaj toată această afacere ruşinoasă a masacrelor de pe banchiză). Mari specialişti atrag

atenţia neîncetat: Colocviul de la San Diego, care a avut loc în martie 1988 sub patronajul Uniunii geofizice, a avut ca temă „Interacţiunea tuturor fiinţelor vii de pe Terra”. Pământul este considerat acum ca un fel de „superorganism”, în care fiecare fiinţă vie este doar o părticică. Toate speciile animale, vegetale, minerale sunt legate prin ciclul carbonului, în interiorul acestui superorganism, Terra - sau „Gaia”, cum o numesc savanţii anglo-saxoni, folosind denumirea greacă. (A se vedea Souvenirs de nos vies antérieures/ *Amintiri din vieţile noastre anterioare* (La Mémoire de la Terre), Ed. Ch. de Bartillat, capitolele pe care le-am consacrat acestui subiect)

Căci prin acumularea dezechilibrelor locale, se ajunge treptat la un dezechilibru geofizic şi biologic general; astfel se produc catastrofe ca seceta ale cărei victime sunt copiii din Sahel. Dar voi vorbi despre asta mai departe. Un lucru e sigur: diversele expresii ale vieţii de pe planeta noastră sunt legate unele de altele în mod subtil, într-o înlănţuire vibratorie care n-a fost percepută până acum. Miopia noastră este o boală mortală; este imposibil să sufoci Natura fără să omori omul.

Stând în aşteptare, nenumăratele mici asociaţii de apărare a Naturii au făcut o treabă bună, iar Congresul de la Rio (1992), apoi cel de la Kyoto (1997) constituie rezultatul zbuciumului lor. Dacă n-ar fi existat pionierii, am fi în starea de degradare din ţările est-europene, unde Cernobîlul a sterilizat o provincie întreagă, imensa mare Aral aproape a dispărut, iar ţărmurile Mării Albe au devenit un imens cavou al tuturor speciilor marine locale, din cauza deşeurilor nucleare.

În Est ca şi în Vest, materialismul a fost cel mai mare duşman al mediului natural. Acest materialism a

sacrificat mediul pentru interesele financiare ale unei clase conducătoare. Or dispreţuirea Naturii merge mână în mână cu dispreţuirea omului. Scriu întotdeauna „Natură” cu majusculă, pentru că Cayce o considera însuşi graiul lui Dumnezeu. Niciodată nu există suficient respect pentru ea. Şi scriu întotdeauna cu majusculă „Omul”, care este pentru mine un „***Dumnezeu în devenire***”, cum zice Cayce. Nu putem avea o idee prea grozavă despre destinul nostru viitor.

Ne-am pierdut tot respectul pentru roadele Naturii... În loc să încercăm „ameliorarea” ei, ar trebui să le mulţumim Devaşilor (A se vedea, în legătură cu Devaşii, ***Souvenirs de nos vies antérieures***, pag. 36-37) pentru fiecare fir de praz care ajunge în farfuria noastră... Ar trebui să o dorim aşa cum este, cât mai aproape cu putinţă de starea ei actuală, sălbatică sau cultivată. Cât priveşte culturile, să ne mulţumim cu ceea ce avem şi să nu mai meşterim la codurile genetice! Un nou atentat împotriva vieţii!

Culoarea minciunii

Pe când eram ataşatul de presă al primelor saloane „Marjolaine”, am adus-o acolo pe faimoasa Anne Gaillard, care realiza o emisiune radio consacrată apărării consumatorului. Un adevărat scandal, pe vremea aceea! N-am să uit toată viaţa mea una din acele emisiuni la care participam împreună cu alţi ziarişti specializaţi, ca şi mine, în această luptă. Eram faţă în faţă cu reprezentanţii unui mare, foarte mare

grup alimentar, al cărui nume îl voi trece sub tăcere, din milă...

„Iată deci un borcan de iaurt cu căpşuni, fabricat de dumneavoastră” le spunea Anne Gaillard. „I s-a făcut analiza în laboratoarele noastre: nu conţine nici o urmă de căpşuni! Are pulpă de măr provenită din deşeurile de cidrerie, colorată în roşu E320. Cum de vă permiteţi să înşelaţi mamele care cred că-şi hrănesc copiii cu un fruct **adevărat,** dat de Bunul Dumnezeu?”

(Eram tare curioasă să văd cum aveau să se apere acei domni...)

„Am considerat că va fi pe placul consumatoarei” se lamentau ei... În timp ce nasul le creştea peste microfon!

„Minciună inadmisibilă”, a replicat Anne Gaillard. „Dispreţuirea celuilalt, atingere la sănătatea publică!”

Şi a argumentat cu o serie întreagă de lucrări ştiinţifice despre pericolele coloranţilor artificiali. Astăzi, toată lumea ştie despre ce este vorba, inclusiv Legea, care-i obligă pe fabricanţi să scrie pe etichetă compoziţia produsului. Scuza producătorilor, atunci, a fost convingerea că aceşti coloranţi erau inofensivi... (la fel credeau şi despre consumatoare!).

Urmărind captivaţi aceste emisiuni, spectatorii aflau câte şi mai câte! Dar Anne Gaillard, ameninţată sistematic, n-a putut rezista mult timp presiunilor făcute asupra ei. De altfel, şi eu am primit telefoane de ameninţare în urma unei emisiuni radio, în care îmi sfătuisem ascultătoarele să fie foarte prudente cu coloranţii industriali pentru păr, am primit un telefon de ameninţare. Reprezentantul unui alt mare grup foarte cunoscut pretindea să mi se interzică criticarea produselor lor „excelente” (care colorau părul, umplând femeile de eczeme!). Acest domn mi-a spus

că avea puterea „să-mi interzică emisia”. Pe moment, am fost îngrozită: eram o simplă mamă cu familie numeroasă, fără avere, fără sprijin politic, complet dezaprobată de cei apropiaţi în această luptă Şi mă simţeam foarte vulnerabilă... Dar mă împingea din spate vântul Istoriei!... Care suflă, cu siguranţă, foarte tare, pentru că am participat de atunci, la radio şi televiziune, la sute de emisiuni în Franţa, Anglia, Elveţia. Canada! Am făcut parte, în vremea aceea, din mişcarea numită cu un termen american, „consumerism” (adică „apărarea consumatorilor”).

Întrucât acest curent răspundea unei nevoi profunde, el a căpătat o amploare nebănuită, în timp ce detractorii noştri îl considerau „o modă trecătoare”. Ca să vezi!... Opinia publică s-a trezit, a cerut explicaţii şi astfel au fost votate legi pentru a avea o industrie alimentară morală. A fost creată eticheta „Agricultură Biologică”, aşa încât astăzi, cei care fac eforturi să producă şi să vândă „bio” sub eticheta „AB”, au această posibilitate perfect admisă de lege - ceea ce nu era valabil în urmă cu 25 de ani!

Mai târziu, în Statele Unite, am văzut amploarea catastrofei alimentare. Acolo, dezastrul ne-o luase înainte cu mai mulţi ani. Iată de ce câţiva cetăţeni s-au trezit, au protestat şi au creat acest „*consumerism”.* Şi în America au fost oameni curajoşi, care au denunţat acel ghiveci mizerabil, „*processed”, „vitamin enriched”* (engl., *tratat, vitaminizat* (n.tr.)), „*with preservatives”* (Care nu sunt... prezervative, ci aditivi alimentari, mai exact, „conservanţi”!). Epidemia de „*monsters”* (monştri), adică obezi, se datorează în mare măsură alimentaţiei dezastruoase, ale cărei victime lamentabile sunt bieţii grăsani. Boicotaţi Mac-Do-urile! cum a tot spus Jose Bove la Seattle.

Dar să revenim la coloranţi. Cayce este categoric în privinţa lor (încă din 1938):

„Nu consumaţi nici o plantă care a fost tratată cu vreun colorant, indiferent care, pentru a i se păstra culoarea”. (Lectura 1564)

Altfel spus, ar trebui să verificăm mai bine ce punem în farfurie şi să nu mâncăm nimic din ce este vopsit în culori ţipătoare: fasole şi mazăre înverzite, dulceaţă de cireşe vopsite în roşu, conservă de roşii fardate etc... Şi aici, bio se impune!

La acest lucru se referă profesorul Henry Joyeux:

„Prin 1930, Japonia folosea un colorant paradimetil-amino-azobenzen, ca să dea margarinei culoarea untului. Această utilizare i-a adus compusului respectiv numele de „galben de unt”, deşi nu se găseşte deloc în unt.

Prin 1945, s-a descoperit că acest colorant avea efect cancerigen asupra mai multor specii de animale de laborator. Colorantul face parte din familia chimică a coloranţilor azoici. Dintre aceşti coloranţi, unii au acţiune cancerigenă: roşu Sudan R.B., brun Sudan R.R., crisoidină - celui din urmă i s-a interzis deja orice folosinţă alimentară, în Franţa, de la 1 octombrie 1976. De asemenea, s-a interzis folosirea roşului purpuriu în industria alimentară, de la 31 decembrie 1978.

În general, toţi coloranţii, fără excepţie, ar trebui retraşi din alimentaţie. Din punct de vedere oncologic (...), ei nu sunt periculoşi imediat după consumare, ci într-o consumare de durată”. (Pr. H. Joyeux, Op. cit., pag. 57)

Să luăm aminte la sfaturile bunului Edgar, date unui tuberculos (consultantul nr. 1564):

„Frunzele legumelor verzi conţin o mare cantitate de stimulatori energetici, o forţă vitală

dată de lumina solară - şi tocmai asta vă face bine". „Dar, nu consumaţi NICIODATĂ legume care au fost colorate cu coloranţi chimici, indiferent de tipul aditivului folosit". (Lectura 1564)

Şi atunci, ce să mai mâncăm? Pentru că la ora actuală, **toate** fructele, legumele, carnea, lactatele pe care le găsim în comerţ conţin urme de pesticide, conservanţi, coloranţi etc. Agricultura biologică face ce poate şi încearcă" să evite nocivitatea, dar nu reuşeşte sută la sută. Totuşi, cu un bio serios (garantat de eticheta „AB"), măcar suntem siguri că scăpăm de efectele cancerigene ale coloraţilor.

Aceşti aditivi nu sunt singurii care ne ameninţă sănătatea. Un nou procedeu de tratare cucereşte teren: iradierea, numită şi „ionizare" sau radioconservare (conservarea cu ajutorul radiaţiilor).

„Alimentele sunt bombardate cu două tipuri de raze: gama şi beta, care pot proveni din cobalt 60 şi, respectiv, cesiu 137 sau din acceleratoare de particule de origine electrică (...). Iradierea produselor alimentare satisface trei obiective principale, enunţate astfel: se asigură produsului tratat o calitate igienică optimă, prin distrugerea microorganismelor (viruşi, bacterii); se elimină organismele vii (viermi, insecte, mucegaiuri); se prelungeşte durata de comercializare şi de consum a alimentelor, împiedicând proliferarea microorganismelor străine sau proprii produselor. (Marie-Laure Schmitt Berbaum, articol apărut în numărul 117 al excelentei reviste „Therapeutiques naturelles" / Terapii naturale, pe care o recomand cititorilor mei (BP 1, 31150 Fenouillet))

Până la urmă, numai intenţii bune... dar cine nu ştie că iadul este pardosit cu ele!? Doamna Mărie

Laure Schmitt- Berbaum, din articolul căreia voi cita, arată că pentru a ajunge la acest rezultat (distrugerea micilor balauri nedoriţi), se modifică metabolismul alimentelor:

„Se caută efectele biologice ale iradierii, dar se modifică uneori diversele activităţi biologice din interiorul alimentelor înseşi (...). Or nimeni nu poate garanta că alimentele iradiate nu vor avea nici o repercusiune pe termen lung asupra sănătăţii individului, asupra sănătăţii publice (...). Iradierea este departe de a întruni unanimitatea în cercetarea fundamentală. Căci (...) dacă iradierea industrială destructurează alimentele, vor mai răspunde ele cerinţelor nutritive ale omului şi ale animalelor? (...) în Germania, imediat după 1970, Dr. Walter Herbst sublinia riscurile sanitare imprevizibile, datorate iradierii alimentelor (...). Aceasta poate genera produşi toxici cunoscuţi, (...) şi se observă o pierdere de vitamină E. (...) Şobolanii hrăniţi timp îndelungat cu carne de pasăre iradiată au prezentat diarei hemoragice. Este în joc siguranţa consumatorului”...

Când cumpăraţi căpşuni din magazin, nimeni nu vă spune că au fost iradiate. Nici o etichetă nu vă informează asupra acestui lucru. Vă veţi întreba doar de ce au o aromă atât de slabă... Autoarea articolului citat mai sus consideră că este vorba despre un experiment făcut pe fiinţa umană, fără ştirea noastră. Produsele iradiate sunt deversate în comerţ fără nici un avertisment, fără controlul conformităţii cu normele legale; efectele lor asupra sănătăţii nu vor putea fi nici observate, nici recunoscute, căci nimeni nu va şti cine şi ce a mâncat. În concluzie, dacă aceste alimente ne ucid, nimeni nu va fi pedepsit. Hoţul neprins e negustor cinstit... Cât despre OMG (organismele modificate

genetic), mulţi cercetători - ca Jean- Marie Pelt - se tem de tot ce poate fi mai rău (Jean-Marie Pelt, ***Des Légumes*** / *Despre legume,* Ed. Fayard, 1993. A se vedea şi Jacqueline Bousquet, ***Au cœur du vivant***/*În miezul vieţii,* Saint- Michel Editions, 1992, şi Philippe Desbrosses, ***L'Agriculture biologique***/ *Agricultura biologică,* Ed. du Rocher, 1998). ..

Iată o altă problemă foarte îngrijorătoare: în agricultura obişnuită (nu bio): producătorii nu au încotro, trebuie să cumpere seminţe „hibridizate", meşterite genetic astfel ca generaţia următoare să fie sterilă. Altfel spus, ţăranul care! cumpără grâul pentru semănat nu va putea să-şi însămânţeze ogorul cu o parte din recoltă, căci grâul obţinut nu se poate reproduce normal. Va obţine doar o recoltă degenerată. Iar pâinea noastră cea de toate zilele este făcută din asemenea grâne!

„Între 1970 şi 1984, 839 de firme producătoare de seminţe din emisfera nordică au fost cumpărate de concernuri multinaţionale ca Shell Oil, Monsanto, British Petroleum, Sandoz, Ciba, Geigy, Upjohn, Union Carbide (...). Rezultatul nu s-a lăsat aşteptat: varietăţile numite „hibride" au sosit pe piaţă, protejate de brevete, în timp ce - spun specialiştii - 98% din varietăţile comestibile dispar". (Michel Dogna, „Vérités Santé Pratique", nr. 18/13 iunie 1998)

Rezultatul curselor: ţăranii sunt obligaţi să cumpere în fiecare an seminţele pentru semănături. Ba pe deasupra:

„Multinaţionalele au reuşit să treacă în ilegalitate orice acţiune de cumpărare / vânzare de seminţe normale (...). Orice sămânţă nebrevetată, deci nehibridizată, este ilegală şi interzisă la vânzare (...). Este valabil şi pentru roşii, pepeni, castraveţi, dovlecei, conopidă, vinete. Aceşti hibrizi nu se reproduc în mod tipic şi, prin urmare, grădinarii, zarzavagiii, agricultorii trebuie să cumpere seminţele în fiecare an Iată (...) o adevărată mană financiară pentru multinaţionale!"

Revenind la nocivitatea chimizării, putem limita dezastrul, consumând preponderent produse agricole şi animaliere bio. Dar tot trebuie să ştim exact despre ce este vorba.

Bio fals şi bio adevărat

Ce este acest faimos „bio"?

Nişte buticuri dietetice şi-au bătut joc de cumpărători vânzând foarte scump produse care erau „bio", cum sunt eu popă. Lucru de care au profitat ziariştii din marea presă pentru a denigra cu răutate agricultura biologică. Dar, întâmplător, eu sunt în cunoştinţă de cauză...

„Bio" este agricultura care foloseşte cât mai puţin posibil produse chimice de sinteză cu rol erbicid, insecticid sau pesticid. A fost recunoscută oficial prin legea cu profil agricol din 4 iulie 1980, ale cărei dispoziţii au fost întărite prin legea din 30 decembrie 1988, privind adaptarea exploatării agricole la contextul economic şi social. În Franţa, agricultura biologică este definită de două criterii:

1. O limitare strictă a folosirii produselor chimice de sinteză: acestea nu sunt admise decât cu condiţia expresă de a figura pe o listă stabilită de Comisia

Naţională a Agriculturii Biologice şi aprobată prin decret (...). iar acestea sunt foarte puţine: de exemplu, „zeama bordeleză” pentru vie, pentru că este vorba de un produs vechi, simplu şi tradiţional; de asemenea, în lupta împotriva insectelor şi rozătoarelor sunt folosite alte mijloace decât cele chimice (asocierea speciilor care se protejează reciproc, lupta biologică etc.)

2. Recurgerea la metode de producţie speciale pentru protecţia mediului şi animalelor (rotaţia culturilor, interzicerea creşterii animalelor în captivitate. (Pr. Joyeux, op. cit., pag. 267)

Este limpede ca lumina zilei. Agricultura Biologică („AB”, oficial) nu este o bagatelă: ea răspunde unor criterii precise, controlate de Ministerul Agriculturii. Tot ce este admis sau nu în acest domeniu este stabilit de un „caiet de sarcini”, studiat pentru fiecare tip de cultură şi de creştere a animalelor şi pentru fiecare produs agricol vegetal sau animalier, „transformat sau nu”. Comisia naţională a Agriculturii Biologice a adoptat reguli de omologare a produselor animaliere sau de origine animală: laptele şi produsele lactate, carnea de erbivore, pasărea, ouăle, mierea, peştele etc.

În Europa, acest cadru legislativ şi regulamentar a inspirat în mare parte regulamentul comunitar referitor la agricultura biologică, adoptat la 24 iunie 1991. Acest text, primul la nivel european care se referă la calitatea produselor agroalimentare, „fixează un cadru pentru producţia, etichetarea şi controlul produselor agriculturii biologice”. (Pr. Henri Joyeux, op. cit., pag 268)

Cititorii mei trebuie să ştie că produsele „bio” nu sunt te miri ce! Trebuie să aibă, pe etichetă, menţiunea „AB” („produs agricol biologic)”. Numai

cuvântul „bio” nu este suficient, întrucât a fost uzurpat de către producătorii industriali care nu respectă caietul de sarcini. (Iată, de pildă, ce se poate citi (şi lista rămâne deschisă) pe adevăratele produse „bio”: „Produs obţinut prin Agricultură Biologică, marca Nature et Progres, control Ecocert, 31076 Toulouse Cedex”; sau „Produs ambalat de către un aderent la SETRAB, în conformitate cu caietul de sarcini al Agriculturii Biologice şi decretul din 10 martie 1981, Sistemul de control CEE AB004”; sau „Marcă Bio Garantată LIMA, Nature et Progres”: sau, pe punga mea de făină, „făină produsă prin agricultură biologică şi măcinată artizanal, la moară de vânt”!. Nu-i aşa că sună bine? Deci, dragi cititori, deschideţi ochii bine şi citiţi cu atenţie etichetele!) „Atenţie la etichetele „netratat”, „fără pesticide”, „natural”, „fără reziduuri”... Dacă nu poartă menţiunea AB, nu sunt biologice. (3)” Unele iaurturi de mare consum nu sunt nici pe departe „bio”, aşa cum spune eticheta pe care o poartă!

În fine, deosebit de dăunător este falsul „bio”, intitulat „biolight”. Comisia pentru Siguranţa Consumatorilor (C.S.C).l-a retras de pe piaţa farmaceutică. Unii consumatori ai acestui produs au ajuns la spital, cu tulburări digestive, greţuri, constipaţie. Aşa-zisul produs „de regim” a fost retras din farmacii... şi ar trebui scos şi de pe piaţa alimentară. Multe conţin „zahăr fals” (numit la noi „Canderel”, între altele), adică aspartam (Citiţi înfiorătorul dosar intitulat „Boala aspartamului” din „Vérités Santé Pratique”, nr. 45, semnat de foarte competentul - şi foarte curajosul - Michel Dogna. Aspartamul este vinovat de tulburări de memorie, numeroase cazuri de Alzheimer, scleroză multiplă,

tulburări de vedere şi de auz etc. Extrem de toxic, el este folosit în „Coke light” şi „Pepsi light” (produse de Coca-cola şi Pepsi-cola). Consumatorii ar trebui avertizaţi în privinţa acestor băuturi...). Cum spune Pr. Joyeux, aceste produse ameliorate nu au nimic serios:

„Astfel, varietăţile de unt, margarina şi maioneză numite „ameliorate” conţin până la 50% apă. Industriaşii vând aşadar multă apă. Utilizatorii cred că pot consuma produsele „light” în orice cantitate şi aceasta este marea problemă. Ei au tendinţa să-şi supraîncarce tartinele. O altă metodă constă în diminuarea conţinutului de grăsimi al unui produs compus, înlocuind o parte din carne cu proteine vegetale sau o parte din grăsimi cu amidon, mai ales tapioca. Asta fac fabricanţii de mâncare gătită, numită „ameliorată”, vândută uneori sub formă congelată. Se oferă, de asemenea, îngheţate în care frişca este înlocuită cu albuş de ou! Scopul final este înlocuirea grăsimilor obişnuite cu grăsimi care nu pot fi digerate” (Pr. Joyeux, op. cit., pag 273).

Li se reproşează acestor produse că sunt cu 20-30% mai scumpe decât produsele obişnuite. E valabil pentru magazinele dietetice; dar dacă mă duc la piaţă, acolo preţurile respectă, ca peste tot, legea cererii şi a ofertei: sunt solduri, preţuri de en-gross, ieftiniri de ultim minut... Şi, în final, nu cheltuiesc mai mult. Uneori sunt chiar uimită de modestia unor preţuri care se explică prin absenţa intermediarilor. În toate pieţele din Franţa, există producători locali care lucrează bio la preţuri rezonabile. Trebuie doar să-i cauţi.

Atunci, dragi cititori şi cititoare, ocoliţi aceste produse mincinoase! Şi să nu vă daţi în vânt după produsele industriale de mare consum, care uzurpă titlul „bio”! Să auzim şi părerea lui Cayce:

„Entitatea a trăit, într-o încarnare anterioară, în ţara cunoscută ca Poseidia, adică o parte din vechiul continent atlant. În vremea aceea, entitatea cunoştea multe lucruri despre secretele Naturii, despre aplicarea practică a forţelor invizibile, folosindu-le în slujba Omului, a habitatului şi a întreţinerii sale fizice. De aici provine actuala preocupare deosebită a acestei entităţi pentru toate acestea. Acele cunoştinţe străvechi îi aduc o conştientizare la diverse niveluri.

Cât despre folosirea substanţelor chimice de sinteză, entitatea este conştientă de dependenţa pe care acestea o creează la utilizatori, până la a le veni foarte greu să mai renunţe la ele”. (Lectura 1741-1)

„Aţi putea să-mi spuneţi care sunt cele mai bune metode de cultură pentru a produce alimente de calitate?

- Dacă este nevoie de fertilizare şi de îngrăşăminte, nu există altceva mai bun decât gunoiul de păsări, mai ales pentru unele specii vegetale. Găinaţul de găină ar trebui folosit pe scară largă, fără să se facă totuşi exces, ci, în fine, cu măsură. Nu este rău să se adauge şi var, şi potasă, amestecate cu bucăţi de mraniţă, adică resturi vegetale ca frunzele moarte, resturile de la vie, de la tunderea gazonului sau altele... Dar trebuie să le amestecaţi întotdeauna cu găinaţ de păsări. Este lucrul cel mai bun pentru a ajuta creşterea legumelor!” *(Lectura 470-35)*

Ceea ce spune Cayce mai sus ţine de metodele agriculturii biologice.

„Iată ce lecţie de viaţă (...) ne dă crinul (...), a cărui rădăcină se dezvoltă în gunoi, extrăgând de acolo substanţele cu care produce ceea ce admiraţi: splendoare şi parfum”. (Lectura 137-63)

La noi, pe strat de gunoi cresc mai ales dovlecii şi bostanii albi, ale căror flori sunt la fel de frumoase ca florile de crin! Aceste lecturi pot fi privite ca o încurajare din partea lui Cayce, pentru folosirea gunoiului tradiţional. Totuşi, când se vorbeşte de „gunoi” de păsări, atenţie: nu se referă la păsările de crescătorie, al căror găinaţ conţine toate reziduurile chimice pe care le înghit bietele păsări. După cum se poate vedea, Cayce încurajează deopotrivă compostul, amestecurile calcaroase (calcar măcinat, dolomită, potasiu natural etc.) (A se vedea Claude Aubert, ***Le Jardin Potager Biologique*** / *Grădina de legume biologică,* 1985, Ed. Le Courrier du Livre, şi Philippe Desbrosses, *op cit.* Marele public, complet manipulat şi dezinformat, crede că nu se foloseşte chimia de sinteză în obţinerea unor recolte bogate. Este total neadevărat! Trebuie neapărat să citiţi povestea acelui ţăran mexican care obţine legume uriaşe... vorbindu-le cu iubire, fără nimic altceva (Yvo Perez Barreto, ***L’Homme qui parte avec les plantes*** / Omul *care stă de vorbă cu plantele,* Presses du Châtelet, 1998, cu splendide şi incredibile fotografii ale unor legume uriaşe, cum n-aţi văzut de când sunteţi!))

80 % alcalinitate, 20% aciditate

Iată o altă problemă, destul de puţin cunoscută, pe care o ignoram complet înainte de a descoperi în „lecturi” o întrebare pusă foarte frecvent dragului

nostru Edgar (şi, evident, răspunsul nu mai puţin frecvent):

„Ce alimente trebuie să consum?

- Alimentele care creează alcalinitate; căci acizii produşi de combinarea unor alimente provoacă un mare stres în organismul dumneavoastră. Nu mâncaţi, deci, albuş de ou". (Lectura 5046-11, făcută în 1935 pentru un tânăr epileptic, de 26 de ani, pe care Cayce a reuşit să-l vindece.)

Aflăm aşadar, din această lectură, că albuşul nu are inocenţa virginală pe care o afişează sub coajă. Păcatul său... este faptul de a fi acid! Nu la gust, bineînţeles, ci în uzina alimentară: când se descompune, el produce o aciditate pe care n-o percepem când îl mâncăm.

„În cazul dumneavoastră (tuberculoză), ***să păstraţi un echilibru între acizi şi baze. Nu mâncaţi numai alimente care produc aciditate (...), ceea ce tinde să congestioneze organele excretoare ca: ficatul, rinichii, tot tubul digestiv. Aţi avea nevoie de mai multe produse care dau alcalinitate. Laptele, de exemplu, nu este atât de bun pentru dumneavoastră! Alte lichide, apa, vinul, v-ar face mai bine!"*** (Lectura 528-9)

Dar ce este, de fapt, această **aciditate** de care vorbeşte Cayce?

Unitatea de măsură a acidităţii sau a alcalinităţii este pH-ul. Valorile pH-ului merg de la 0 la 14; între 0 şi 7, pH-ul indică un grad crescător de aciditate; la pH-ul 7, se află punctul neutru; de la 7 până la 14, pH-ul indică un grad crescător de alcalinitate.

„Or procesele vitale nu pot avea loc, în mod normal, în organismul nostru, decât la un pH sanguin

stabil, uşor alcalin (pH-ul normal ai sângelui venos este de 7,32-7,42). (...) Majoritatea transformărilor pe care le suferă substanţele chimice din corpul nostru au loc în lanţ, adică pe paliere succesive. La fiecare nivel, intervine un anumit catalizator, care asigură transformarea respectivă (...). Când lipseşte un ferment sau este insuficient activat datorită unui deficit de oligoelemente sau vitamine, reacţia pe care o asigură el se blochează sau este încetinită. Atunci se poate produce o acumulare anormală de acizi metabolici în partea superioară a lanţului, care lucrează într-un ritm încetinit”. (Dr. Kousmine, ***Soyez bien dans votre assiette jusqu'à 80 ans et plus*** /Sănătatea din farfurie, până la 80 de ani, şi mai mult, *Ed. Tchou, 1980, p.*83.)

Despre pH am învăţat cu toţii - mai mult sau mai puţin - pe băncile şcolii... Dar de aici până la aplicarea la micul dejun, mărturisesc că eram foarte departe înainte de a-l cunoaşte pe Cayce! La orele de ştiinţele Naturii, ni se dădeau benzi de hârtie, pe care trebuia să le introducem în eprubete pline cu soluţii misterioase: dacă hârtia se îngălbenea, soluţia era acidă, înţepa; dacă se albăstrea, soluţia era alcalină (sau bazică), deci lunecoasă. Între aceste două extreme, se obţinea un verde ca iarba, care înviora peisajul auster al zidurilor şcolii. Dar să continuăm şi să vedem ce spune, despre asta, Dr. Kousmine: „în caz de blocare sau încetinire a funcţiilor vitale, acizii produşi în exces sunt eliminaţi prin rinichi, ceea ce conferă urinei un pH acid (...). Dacă organismul este sănătos, bine hrănit şi bine echilibrat, dacă primeşte suficiente baze din alimentaţie, atunci pH-ul urinar este aproape la fel ca al sângelui, între 7 şi 7,5 (...). Dacă acest pH rămâne în permanenţă la 5 sau sub 5, înseamnă că

epurarea corpului este insuficientă, iar organismul suferă de o acumulare de acizi, cu pierderi de baze, în principal sodiu şi calciu. Această suferinţă se poate manifesta printr-o paloare accentuată (...), prin dureri de cap, prin dureri care migrează, numite reumatismale, nevralgii etc., care dispar repede şi fără nici un calmant, prin aport de substanţe alcaline”. (Dr. Kousmine, op. *cit.,* p. 84)

Cu mulţi ani înaintea celebrei nutriţioniste citate mai sus, Cayce vorbise despre acest echilibru indispensabil dintre acizi şi baze. Şi în domeniul erorilor alimentare, Cayce explică aproape toate durerile noastre prin dezechilibrul pH-ului. Am explicat deja în ***Universul lui Edgar Cayce*** (vol. I, pag. 66-67) importanta problemă a echilibrului dintre acizi şi baze: unele alimente produc o reacţie acidă în tubul digestiv (nu lămâile, nici i oţetul, aşa cum am fi tentaţi să credem!), altele o reacţie bazică! (adică alcalină). Or, dacă acizii reprezintă mai mult de 20 % din tranzitul global, organismul se dezechilibrează şi se instalează boala. După Cayce, aici îşi au originea toate răcelile şi gripele, toate anginele, reumatismele etc.

Acest fenomen se întâmplă mai ales iarna. De ce? Pentru că în acest anotimp, în ţările noastre, se consumă mai puţin fructele şi legumele proaspete care declanşează reacţii alcaline în tubul digestiv. Mâncăm mai mult conserve, alimente sărate, făinoase, dulciuri, toate acestea fiind produse care degajă reacţii acide. Or microbul, în viziunea cayciană, proliferează în mediu acid, numai aciditatea îi place... După Cayce, terenul acid permite dezvoltarea tuturor bolilor infecţioase. Dacă se menţine un mediu bazic (sau alcalin) în tubul digestiv, microbul - fiorosul! - îşi ia

tălpăşiţa! Se evită astfel majoritatea infecţiilor, chiar în perioade de epidemie.

Acest echilibru relativ acizi-baze, pH-ul, se construieşte începând cu alimentaţia. Fructele proaspete, legumele, j cerealele integrale şi proaspete produc puţină aciditate.. Oleaginoasele, zaharurile, carnea, grăsimile, brânzeturile etc. I antrenează o creştere foarte rapidă a gradului de aciditate în organele digestive. Ar trebui să introducem mult mai multe fructe şi salate în meniurile noastre de iarnă.

Bineînţeles că, astăzi, există importul: dar alimentele din import îşi pierd o mare parte a valorii energetice pe drum, pentru că sunt tratate din belşug, ca să reziste la stocarea industrială.

Voi aduce, aici, mărturia personală: în copilărie, iarna era grea; mi se părea că este o gaură mare şi neagră.! Picioarele îngheţate, spinarea strânsă de frig, hainele grele cu care ne înfofoleam patru sau cinci luni. La liceu, mâncam tăiţei, I mezeluri, dulceaţă, legume uscate etc. - tot ce se poate conserva. Aveam una sau două gripe zdravene pe iarnă, fără să mai pun la socoteală amigdalitele; majoritatea oamenilor din jurul meu considerau că aceste suferinţe erau inevitabile.

După aceea, din anii „50, au apărut pe piaţă fructele şi legumele proaspete, importate din Italia, Spania, Africa de Nord, Antile - iar astăzi, şi din ţinuturi mai îndepărtate: banane din America centrală sau căpşuni din Chile etc. Lumea s-a obişnuit să meargă la sporturile de iarnă, să stea în aer liber sau la soare, ceea ce dinamizează toate funcţiile corpului (deci şi cele digestive) şi elimină aciditatea prin oxigenare.

La început, lucrurile acestea nu-mi erau prea clare: a mă întreba în faţa fiecărui fel de mâncare dacă va produce aciditate sau alcalinitate părea un lucru

inaccesibil pentru mintea mea de mamă puţin trecută. Şi-apoi, am început, puţin câte puţin, să fac mai mult loc fructelor de sezon, micilor legume, salatelor, să limitez consumarea acidifianţilor la mese... Metoda s-a dovedit eficientă: astăzi, la capitolul gripe, răceli, angine, mă număr între absenţi - exceptând cazurile când recidivez pentru că uit de fructele proaspete la micul dejun. De când am înţeles această problemă a acidităţii şi alcalinităţii, am scăpat de mizeriile iernii, complet şi definitiv.

EXEMPLE DE MESE CARE PRODUC ACIDITATE:

Antreuri: mezeluri sau carne rece, peşte cu sau fără brânză, supă cu sos picant (provensal) şi crutoane, patiserie sărată cu brânză, sufleu cu brânză, *quiche, vol-au-vent, bouche-â-la-reine...*

Felul principal: cotlet de oaie cu fasole, pastramă cu linte, biftec cu cartofi prăjiţi, spaghete napolitane (cu carne tocată)...

După aceea: brânză cu pâine şi unt..

Deserturi: prăjitură cu ciocolată şi bezea, lapte de pasăre, *délice-aux-noix,* blaturi, checuri...

Nu spun să ne lipsim de asemenea feluri delicioase. Dar n-ar trebui să le consumăm sistematic fără a găsi cu ce să contracarăm toată această aciditate. De exemplu: un antreu de crudităţi (ridiche, castravete, pepene, grapefruit...).

Apoi, o salată, care să nu lipsească niciodată. Nu doar trei frunze verzi eşuate pe fundul unei salatiere, ci o salată adevărată, cu legume şi fructe diverse. Deserturile sunt delicioase; dar dacă mesele conţin mulţi generatori de acizi, ar fi mai bine să ne limităm la fructe (indiferent de forma sub care ni se prezintă:

salată de fructe, spumă de fructe, şerbet, compot fără prea mult zahăr (zahărul creează aciditate - a se vedea mai departe!).

Dacă suntem puţin mai atenţi, nu e greu. Acasă, putem repara un exces, înlocuind o masă printr-un fruct sau o supă de legume: astfel, restabilim echilibrul.

Se cuvine, deci, să-i mulţumim din suflet lui Cayce pentru că a formulat cu precizie această regulă a jocului, atât de importantă, Iată câteva lecturi foarte clare pe această temă (şi în acord cu majoritatea şcolilor nutriţioniste moderne!):

„Cum să procedăm cu dulciurile şi cu făinoasele?

- ***Aşa cum am spus deja, nu vă sunt interzise complet, dar păstraţi echilibrul, reflectând la acest lucru: trebuie să consumaţi 80% alimente care creează alcalinitate, fată de 20% care creează aciditate. Or zaharurile sunt, alături de făinoase, principalii producători de aciditate. Bineînţeles, sunt foarte energizante, dar combinaţia celor două devine, pentru dumneavoastră, mai dăunătoare decât proprietăţile specifice ale fiecărei categorii din aceste alimente, înţelegeţi?”*** (Lectura 877-28, făcută pentru un bărbat care suferea de o erupţie cutanată)

„Regimul pentru această bolnăvioară? Foarte special, aşa cum am arătat deja - dar totuşi, să nu fie atât de drastic încât să-i întunece viaţa. Ar trebui să fiţi atenţi mai ales la alimentele care produc aciditate: nu-i daţi prea multe! Trebuie, desigur, să ţineţi cont că este un organism fraged, aflat în plină creştere, care are nevoie de anumite zaharuri ca să se clădească.

Totuşi, aceste zaharuri vor fi astfel alese încât să nu creeze prea multă aciditate; asta i-ar dăuna (...). De aceea interzicem orice fel de zahăr de trestie; să nu se atingă de aşa ceva! Preferaţi zahărul extras din fructe sau legume şi alimentele dietetice pregătite cu zahăr de sfeclă". (Lectura 795-44, pentru o fetiţă de 4 ani, care suferea de dereglări hormonale)

În volumul I, am citat o lectură unde Cayce răspundea la întrebarea:

„Ce alimente creează aciditate?

- ***Grăsimile animale, uleiurile vegetale, cerealele, pâinea, fulgii de porumb, prăjiturile, orezul alb - orezul integral este mai puţin acid** - **toate zaharurile, nucile, leguminoasele, carnea, carnea de pasăre, măruntaiele, gălbenuşul de ou".*** (Lectura 480-19)

Şi albuşul, după cum am văzut mai devreme! Dar atunci, ce ne mai rămâne? Mai exact, care alimente aduc valoarea pH-ului (şi, împreună cu el, sănătatea noastră!) la cota normală, producând alcalinitate?

„Fructele, proaspete şi uscate, legumele cu excepţia leguminoaselor ca lintea, mazărea, fasolea". (Lectura 480-19).

Cayce adaugă: ***„în unele cazuri, lactatele"*** şi vom vedea că depinde de caz: laptele conţine multe grăsimi animale, care îl situează între alimentele ce produc uneori multă aciditate, dar laptele fermentat (iaurtul, chefirul, zara) nu intră în această categorie.

S-o lăsăm pe Dr. Kousmine - care împărtăşeşte punctul de vedere caycian - să aibă ultimul cuvânt:

„În viaţa noastră de acum, când suntem prea sedentari, prost oxigenaţi, hrăniţi cu alimente foarte sărace în catalizatori diverşi (vitamine, oligoelemente..

se întâlnesc curent tulburări de sănătate datorate unei acumulări de acizi".

Şi Dr. Kousmine ne recomandă să consumăm citraţi pentru „a arde excesul de acizi". Se obţin, de altfel, aceleaşi rezultate prin curele de citrice recomandate de Cayce şi prin consumarea zilnică a sucului de lămâie!

Există două tipuri de bolnavi: cei mai numeroşi, care înghit prea mulţi hidraţi de carbon, adică feculente, zahăr, carne, alcool etc., toate fiind produse acidifiante aşa cum am văzut mai sus; şi cei care, dimpotrivă, au o alimentaţie alcalină: vegetarieni exclusivi, de exemplu, sau persoane care-şi impun un regim fără zahăr, înclinând balanţa în partea opusă. Consultanta numărul 888-1 se încadra în acest caz - atât de rar, astăzi, în Occident. Cei câţiva înţelepţi care se abţin să consume zahăr îl iau însă din făinoase, cartofi, carne etc., din fructe şi băuturi (zahărul din alcool)!

„În regimul dumneavoastră sunt prea puţine produse care creează aciditate: să mâncaţi o cantitate mai mare de hidraţi de carbon, adică zaharuri, cu o preferinţă pentru miere" (Lectura 888-1)

În general, chiar şi pe vremea lui Cayce, se făcea deja abuz de dulciuri:

„Regimul dumneavoastră? E foarte bine dacă menţineţi echilibrul de 20% alimente acidifiante fată de 80% alimente alcalinizante. Deci, mai precis: nu cantităţi mari de zaharuri! Totuşi, indulgenţă faţă de miere!" (Lectura 540-11)

Cayce îi răspunde astfel unei tinere care suferea de constipaţie cronică:

„Fiţi atât de bun, domnule Cayce, şi spuneţi-mi în linii mari regimul pe care trebuie să-l urmez începând de astăzi”

- ***În general, să consumaţi cât mai multe alimente care provoacă o reacţie alcalină în sistemul digestiv. Din acest motiv nu trebuie să mâncaţi prea multe dulciuri. Indiferent de masă, la micul dejun, în siropuri şi prăjituri, sau în alte momente ale zilei, nu consumaţi prea multe zaharuri sub formă de desert. O excepţie totuşi: câteva îngheţate vă vor fi permise uneori, dar întotdeauna cu moderaţie. Cantitatea de zaharuri pe care o puteţi consuma va trebui împărţită în doze mici!”*** (Lectura 480-13)

Arta de a găti (legumele... şi restul!)

Din păcate, această artă nu mai este cunoscută... Cine o mai predă în şcolile de menaj? Sau la cursurile culinare? Foarte puţine, după ştiinţa mea, şi rare sunt mamele care au beneficiat de aceste învăţături, în timp ce sănătatea unei ţări întregi se bazează pe ele. O seamă întreagă de informaţii - totuşi foarte importante - n-au mai fost transmise consumatoarelor. Ceea ce se spune aici despre legume este valabil şi pentru fructe, cereale, leguminoase, carne, lactate:

„Să mâncaţi, seara, doar legume fierte cum se cuvine, adică în suc propriu, fără nimic altceva - ***şi de preferinţă înăbuşite. Aveţi grijă să le gătiţi separat, abia apoi le veţi amesteca, la masă, dacă doriţi. Puteţi adăuga înainte de răcire, sare, piper şi unt. Şi respectaţi această recomandare!*** (Lectura 932-1)

Religia lui Cayce în privinţa gătitului este foarte simplă: ***„Fără prăjeli”*** *(„No fried food”).* Sunt zeci şi zeci de lecturi în care se repetă această interdicţie absolută.

în ceea ce priveşte legumele, nu este de ajuns să ne retragem la ţară, pentru a beneficia de vraja lor naturală... Nici nu trebuie să destrămăm această vrajă printr-o pregătire asasină:

„Legumele dumneavoastră vor trebui fierte înăbuşit sau în suc propriu, învelite în hârtie. Ceea ce creează o diferenţă enormă în rezistenţa la boli”. (Lectura 861-1)

Cayce va da acelaşi sfat în privinţa peştelui (niciodată prăjit, mai bine gătit la cuptor, înăbuşit sau fript). Alte precizări pe aceeaşi temă:

„Unele legume trebuie gătite întotdeauna învelite în hârtie, la abur?

- ***Da. Unele legume gătite astfel îşi păstrează sărurile minerale, care sunt extrem de hrănitoare.***

- Am artrită la articulaţiile degetelor de la mina dreaptă?

- ***Aşa cum am spus deja, e mai degrabă o nefrită decât o tendinţă la artrită, Iată de ce aveţi nevoie să eliminaţi deşeurile ceva mai bine. Din acest motiv, vă recomandăm sărurile minerale din legume, ca laxativ!”*** (Lectura 1158-38)

Toată lumea este de acord cu proprietăţile laxative, depurative, revigorante ale zarzavatului, datorită sărurilor minerale şi vitaminelor pe care le conţine. Mai ales vitaminele se pot păstra, în parte, în timpul gătitului:

„Seara, faceţi mai degrabă legume fierte în propriile lor săruri minerale, în suc propriu. Nici un alt fel de a le găti decât învelite în hârtie sau la abur. Aceste sucuri sunt o parte din regimul dumneavoastră. Consumaţi-le: ele conţin vitaminele şi sărurile minerale care vor ajuta secreţiile necesare din sistemul digestiv”. (Lectura 6331-6)

Recomandarea întâlnită mai sus, de a găti fiecare legumă separat, se regăseşte aici pentru această persoană foarte grav bolnavă, ale cărei reflexe intestinale sunt blocate:

„În regimul dumneavoastră, obişnuiţi-vă să consumaţi alimente care vor împiedica formarea gazelor în sistemul digestiv, căci acestea [gazele] ***blochează mişcările peristaltice ale intestinului. Este vorba de legume verzi, proaspete, fierte în suc propriu.***

Nu gătiţi, deci, legumele împreună, ci fiecare învelită în hârtia ei, şi consumaţi-le separat: veţi vedea cum acest lucru o să vă amelioreze sănătatea”. (Lectura 11277-1)

Intestinul este o maşină minunată, foarte complexă, asemănătoare unui robot de bucătărie: taie, macină, amestecă... dar trebuie, uneori, să-i uşurăm munca. La fiecare tip de legumă, el reacţionează diferit. Leguma unică (sau alimentul unic) îi uşurează sarcina. Gătitul trebuie aşadar să respecte la maximum structura plantei: nu adăugaţi nici apă, nici corp gras, nici mirodenii... lucru de care ne vom ocupa în detaliu.

Recipientul ideal: frunza de banan

Natura ustensilelor de bucătărie nu este indiferentă: în timpul gătirii, sub efectul căldurii, au loc schimburi între pereţii vaselor şi alimente. Se ştie că unele materiale sunt nesănătoase: fierul, aluminiul, de exemplu. E mai bine să gătim în oale sau vase de sticlă (Pyrex), porţelan sau fontă emailată. Le puteţi găsi în orice magazin de menaj. Cel mai rău este aluminiul: homeopaţii recunosc de multă vreme intoxicaţiile datorate acestui metal şi le tratează prin diluţii centezimale de 15 sau 9 (Aluminiu 15 CH sau 9 CH). Cât despre alopaţi, ei le tratează... cu indiferenţă. Cayce se situează net de partea homeopaţilor.

„Mâncarea gătită în vase de aluminiu este dăunătoare pentru acest bolnav?

- Unele alimente gătite în vase de aluminiu sunt dăunătoare pentru toată lumea, în general; şi mai ales pentru unii bolnavi ca, de exemplu, cei care suferă de tulburări hepatice şi de probleme digestive”. (Lectura 1196- 7)

Şi cum aceştia reprezintă 90% din populaţie, fabricanţii de vase din aluminiu ar trebui să se reprofileze... Lectura următoare aduce şi alte precizări:

„Aşa cum le-am spus de atâtea ori bolnavilor care prezentau tulburări digestive, victime ale surmenajului nervos din cursul digestiei, ar trebui să evitaţi consumarea mâncărurilor gătite în vase de aluminiu. Acest lucru perturbă automat activitatea rinichilor, în raport cu circulaţia hepatică inferioară, împiedicând rinichii să elimine acidul uric pe care-l conţin”. (Lectura 843-7)

Din păcate, acest lucru nu este cunoscut. De aceea, sunt prea multe case unde, la ora actuală, sunt folosite vasele de aluminiu pentru că nu se cunoaşte

pericolul. Mi se pare important să semnalăm acest lucru, Iată de ce redau aici şi alte lecturi pe aceeaşi temă: ele sunt fără echivoc.

„Am urme de aluminiu în corp din cauza folosirii, la gătit, a vaselor din acest metal?

- ***Când se foloseşte aluminiul la vasele de bucătărie în care se găteşte mâncarea şi, deci, alimentele vin în contact direct cu acest metal, se produc nişte elemente foarte dăunătoare organismului uman; (...) da, aveţi urme de aluminiu în organism, de aceea este necesar să urmaţi recomandările făcute”.*** (Lectura 445-2, pentru o femeie de 62 de ani, bolnavă de intestine şi mai ales de colon)

Se poate obiecta că Edgar Cayce avea de-a face doar cu bolnavi. Dar cei sănătoşi suportă, oare, aluminiul mai bine?

„Unii nu sunt afectaţi. Totuşi majoritatea oamenilor, puţin câte puţin, se dezechilibrează mâncând alimente gătite în vase de aluminiu. E şi mai evident la anumite alimente, în special cele acide; ele atrag atomi de aluminiu, pe care îi introduc apoi în organism”. (Lectura 5211-1)

Vasele de aluminiu nu sunt, deci, obligatorii chiar dacă aveţi impresia că nu găsiţi „decât asta” la raioanele de menaj. Eu folosesc oale, cratiţe şi tăvi din sticlă Pyrex sau fontă emailată. După ce am parcurs nenumăratele lecturi ale lui Cayce unde se recomandă gătirea alimentelor ***în hârtie*** sau ***la abur,*** mi-am cumpărat un set minunat de capace din sticlă Pyrex, adaptabile la toate dimensiunile de oale, cratiţe, castroane, tigăi... (Le găsiţi în cataloage sau în marile magazine).

În ce priveşte coacerea în cuptor, Cayce recomandă ceea ce folosea pe atunci în Statele Unite:

„Coaceţi deci legumele în suc propriu, învelite în hârtie Patapar, pentru a păstra sucul”. [Acesta nu vine, deci, în contact cu pereţii recipientului], „Î***n acest mod, n-o să vă agravaţi suferinţele înghiţind otrăvuri care provin de la oale şi cratiţe!”*** (Lectura 796-2)

Din păcate, ***hârtia Patapar,*** puţin vândută în comerţul actual, a fost înlocuită cu folia de aluminiu... Desigur că aluminiul rămâne la fel de toxic, indiferent de prezentare! Cayce interzicea categoric aceste folii:

„Nu coaceţi nimic în aluminiu, ci mai bine în recipiente emailate sau de sticlă. Nu, mai ales în aluminiu, nu. Şi în special pentru dumneavoastră, aluminiul este o otravă. Nu folosiţi nimic din aluminiu, sub nici o formă, la vasele de bucătărie sau veselă”. (Lectura 1223-1)

Şi atunci, ce să facem ? Puteţi încerca să gătiţi în stil marocan, într-un *tajin*: o tavă, pe care se pune leguma şi se acoperă cu o pălărie conică; astfel, vaporii se condensează şi se întorc pe aliment, iar sărurile minerale din legumă nu se mai pierd. *Tajinul* este făcut din pământ ars emailat, ca tăvile noastre tradiţionale.

Puteţi opta şi pentru sistemul chinezesc: alimentele sunt puse în coşuleţe de bambus şi gătite la abur (aceste coşuleţe se găsesc de cumpărat în cartierele chinezeşti şi chiar în marile magazine).

Restaurantele chino – vietnamo – tailando – indoneziano - etc. (!), încep să servească o specialitate foarte fină: peştele preparat la abur, în frunză de banan. Dacă în ziua când veţi dori să gătiţi peşte, nu aveţi prin preajmă un banan, reţineţi însă ideea (în fond, puteţi înlocui frunza de banan cu foaia de viţă,

umplută à la grec. (Dacă autoarea ar cunoaşte sarmalele - cu carne sau de post, ar recomanda şi frunza de varză, tei, podbal, fasole, ştevie ş.a. ... *à la roumain*! (N.tr.))

Şi dacă aveţi numai vase de aluminiu? Cine vă opreşte să fierbeţi mâncarea la bain-marie? Oala sau cratiţa de aluminiu, în care aţi pus apă, o puneţi pe foc; în ea, introduceţi un vas de sticlă termorezistentă, cu alimentele care trebuie gătite. Îl acoperiţi şi, astfel, mâncarea fierbe înăbuşit... până la reutilarea bucătăriei.

În anumite regiuni din Franţa puteţi cumpăra „diables”: tăvi pentru cuptor, făcute din pământ ars, refractar, prevăzute cu un capac care asigură o bună coacere **la abur.** Pentru cei care doresc cu adevărat să scape de dictatura cratiţei de aluminiu, soluţiile nu lipsesc!

În orice caz, chinezii, care foloseau mai ales porţelanul şi bambusul, erau în cunoştinţă de cauză: „Fierul strică mâncarea”, spuneau ei. Aluminiul - întrecut de vărul lui, oţelul inoxidabil - o strică şi mai abitir! Cât despre tigăile Tefal, nici ele nu sunt bune: o serie de analize au demonstrat că materialul cu care se acoperă interiorul tigăii sfârşeşte prin a migra încet-încet în alimente, introducând în tubul digestiv molecule de sinteză, care sunt cancerigene.

Lecturile lui Cayce ne ajută să mai descoperim ceva. E foarte rău să fierbem un aliment fără să acoperim vasul. Odată cu aburul, pierdem toate elementele nutritive. Acoperind, economisim gaz şi electricitate, pentru că astfel putem găti la foc foarte mic, ceea ce salvează vitaminele. În acelaşi timp, aburul închis sub capac permite păstrarea oligoelementelor.

„La prânz, alege mai mult legume cu frunze; sau din cele care se prezintă sub formă de bulb, dar acestea trebuie fierte foarte bine şi numai în suc propriu (ca la coacerea în hârtie)”. (Lectura 1484-1)

Descrierea de mai sus este dată unui adolescent de 13 ani, bolnav de psoriazis. Or Cayce spune în altă parte, referitor la această boală, că se datorează unei subţieri a peretelui intestinal; acesta devine permeabil, nu reţine deşeurile care trebuie evacuate şi, prin repunerea lor în circulaţie, se provoacă o intoxicare cronică a sângelui. Tot organismul munceşte să elimine deşeurile, cum şi pe unde poate; în cazul psoriazisului (şi al tuturor dermatozelor), prin piele.

Micul consultant numărul 1484 are o sensibilitate digestivă: prin urmare, părinţii trebuie să gătească legumele cu cea mai mare grijă. Fierberea în apă clocotită nu este niciodată foarte recomandată de Cayce. El preferă să se pună cât mai puţin lichid pe fundul vasului (o jumătate de pahar... sau chiar deloc):

„Să consume multe legume fierte în suc propriu, mai bine decât să se adauge grăsimi sau carne. Şi niciodată în apă [clocotită], ***într-un vas neacoperit, ci în suc propriu, aşa cum se coace în hârtie!”*** (Lectura 459-9, pentru o congestie pulmonară survenită în urma unei răceli)

Sfaturile dietetice ale marilor reviste feministe recomandă adesea gătirea fructelor şi legumelor cu multă apă. Unele, ca varza, sunt fierte chiar în două ape („albite”). Părerea general admisă este că astfel se elimină pesticidele... Da, dar... se elimină totodată şi sărurile minerale, şi vitaminele! Biata rămăşiţă care ajunge pe fundul farfuriei voastre este astfel epurată

de tot ce avea hrănitor. Prin urmare, nu mai e de mâncat!

Aşadar aveţi de ales: pesticide *sau* vitamine! Dar aceasta este o falsă dilemă atunci când cunoşti posibilităţile oferite de agricultura biologică. Osteneala şi preţul sunt justificate. Cayce a trăit într-o epocă de relativă inocenţă agricolă, iar consultanţii săi mâncau „bio” fără să ştie, Să recapitulăm:

„NICIODATĂ prăjeli! Niciodată, de nici un fel! Mai bine coaceţi la cuptor, frigeţi, fierbeţi... dar cel mai bine este să fierbeţi legumele în suc propriu, de exemplu în hârtie sau chiar la abur. Căci în felul acesta, păstraţi vitaminele şi sărurile minerale şi este mai sănătos să nu le amestecaţi la gătit”. (Lectura 906-1)

N-aş vrea să închei acest subcapitol despre modurile de a găti mâncarea fără să evoc cuptorul cu microunde. Cayce n-avea cum să vorbească de el pentru că nu exista pe vremea lui. Trebuie să ştim că acest cuptor produce, în alimente, „microrupturi” care degradează profund valoarea lor alimentară. Testele de ***cristalizare sensibilă,*** sau ***tezigrafie,*** şi bioelectronica profesorului Louis Claude Vincent ne permit acum să măsurăm pagubele - adică pierderea vitalităţii alimentelor: ele ies complet „moarte” din cuptorul cu microunde. (Vezi şi dosarul revistei *Vérités Santé Pratique,* nr. 25/oct. 1998, despre pericolul cuptorului cu microunde, ca şi al încălzitorului electric pentru lapte. Se constată, de pildă, că pisicile nu se ating de laptele încălzit astfel)

Sarea vieţii

Bucătăria fără sare e tristă... Din fericire, puţini oameni sunt condamnaţi la această tristeţe!

Toate felurile de sare de masă (clorură de sodiu) sunt „de mare”, bineînţeles. Dar există mări şi mări: saline fosile, provenind din mările de odinioară, unde sarea se extrage în cariere, şi saline unde marea vie depune o sare care este la fel de vie. Aceasta este şi mai bogată în oligoelemente hrănitoare (salinele din Guérande, l'Ile de Ré, Languedoc, Corsica etc.). „Floarea de sare” provenită din l’Ile de Ré, de pildă, cu gust de toporaş, apără de cancer: ea conţine mult magneziu. (A se vedea lucrările profesorului Delbet despre relaţia dintre concentraţia magneziului din apa de băut şi frecvenţa cancerului. Recomand de asemenea lucrările lui Simone Brousse: ***On peut vaincre le cancer*** / *Cancerul poate fi învins,* Ed. Garancière, 1983, (o lucrare clasică !), La vie est énergie / Viaţa *este energie* (Press Pocket, 1991) şi, la Ed. du Dauphin, ***Cancer, enquêtes sur les découvertes en péril*** / *Cancerul, cercetări despre descoperirile aflate în pericol,* 1992, ***Médecins et Medecines*** / *Medici şi Medicine,* 1995, ***Le Grand Tournant*** / *Marea cotitură,* 2000) Dacă sarea în exces nu este bună, atunci când este folosită cu moderaţie, ea devine medicament, Iată două lecturi pe aceasta temă:

„Sarea face rău?

- ***În exces, da. Există sare în sânge, în lacrimi, în toate secreţiile corpului, ceea ce arată că este un oligoelement indispensabil - cu condiţia să fie în doze rezonabile”.*** (Lectura 404-6)

- ***Seara, când te culci, pune un pic de sare de masă, foarte uscată, pe limbă. Las-o să se dizolve şi înghite-o. Apoi bea doar un pahar de***

apă. Fă aşa în fiecare seară, înainte de culcare!” (Lectura 2153-1)

Bineînţeles că această lectură făcută pentru o fetiţă de 12 ani, cu crize de epilepsie, nu vrea să însemne că o asemenea boală îngrozitoare poate fi vindecată cât ai bate din palme, doar cu un pic de sare pusă pe limbă... ca şi cum ai prinde o pasăre! Cititorii mei ştiu că lecturile lui Cayce erau personalizate: citatul de mai sus este doar un element de regim alimentar prescris acestei biete fetiţe, domnişorica 2153... Lecturile comportă în general mai multe pagini de recomandări diverse dar, întotdeauna, sfaturi dietetice foarte exacte, care trebuie să ajute la vindecare.

Aşa cum am văzut, Cayce recomandă uneori sare iodată pentru a compensa o carenţă:

- În regimul dumneavoastră, să nu folosiţi altă sare decât sarea iodată, adică aceea care conţine iod. Căci lipsa acestui oligoelement constituie una din cauzele bolii dumneavoastră”. (Lectura 4600-1, pentru o femeie de 25 de ani, care suferă de guşă).

Remediul este de altfel binecunoscut: iodul sub toate formele, inclusiv în balneoterapie: băi în mare, băi de alge, cure de talasoterapie, plus un regim pe bază de peşte etc.

Cât despre piper... grele bănuieli de vinovăţie apasă asupra sa: astăzi! Unele orientări nutriţioniste îl interzic complet, preferind ardeiul iute. Şi aici, Cayce era un precursor:

- ***Nu prea multă carne, nici dulciuri*** [recunoaştem principala recomandare cayciană împotriva cancerului!], ***ci mai ales legume! Pentru acest bolnav, nu roşii, nici alte fructe acide, ci***

toate celelalte vegetale! Daţi-i-le pe rând, pentru ca organismul să beneficieze de gama completă a influenţelor lor energetice. Fierbeţi-le bine, dar mai ales fără grăsime. Şi condimentaţi-le bine, dar nu cu piper negru, numai cu sare şi piper de Cayenne”. (Lectura 3751-6).

Astfel, Cayce nu dezaprobă numai gătirea legumelor cu corp gras, ci în general, însăşi gătirea condimentelor, mirodeniilor, uleiurilor vegetale şi untului. El recomandă, întotdeauna, să fie adăugate direct în farfurie:

„Asezonaţi cu unt sau ceva similar” [probabil, se referă la smântână] „***mai bine decât cu orice altă formă de corp gras”.*** (Lectura 2937-1)

„Legume bine fierte, dar nu cu corp gras”. (Lectura 3751-6)

Cayce recomandă mult asezonarea cu „***ulei de măsline”*** (Lectura 2092-1) - ulei crud, desigur, pe care-l punem în farfurie în ultimul minut, ca italienii:

„În regimul dumneavoastră, să aveţi alimente care o ***să vă refacă sângele (...). Ar trebui să puneţi ulei de măsline la majoritatea felurilor de mâncare pe care le consumaţi!”*** (Lectura 484-1)

Cayce nu s-a opus asezonării cu maioneză, ci a recomandat-o de câteva ori. E mai digestibilă decât credem, pentru că în principiu, când este „de casă”, totul este crud (gălbenuş de ou, ulei de la prima presă la rece, eventual muştar etc.). Este grea când conţine uleiuri încălzite şi extrase cu solvenţi chimici, emulsionate în ouă infecte, de la biete păsări din crescătorii:

„La prânz, pregătiţi-vă o masă numai din legume verzi: spanac, lăptuci, ţelină, morcov,

mazăre (...). Puteţi pune şi fasole fiartă sau sfeclă şi asezonaţi cu maioneză". (Lectura 480-3)

Alt bolnav întreabă:

„E bine să consum ulei de măsline şi gălbenuş de ou?

- ***E foarte bine. Mai ales legume verzi, dacă preferaţi".***

Cayce îi precizase înainte:

„Uleiul de măsline în cantităţi mici e bun întotdeauna, pentru toate intestinele. Însă n-ar trebui consumat în cantităţi enorme". (Lectura 846-1)

Cât priveşte oţetul, nu toată lumea îl suportă.

„Feriţi-vă de ceea ce conţine acid acetic, mai ales de oţet". (Lectura 2186-3, făcută pentru o tânără femeie anemiată)

El răspunde cuiva care îl întreabă:

„Oţetul e bun?

- Foarte nociv pentru organismul dumneavoastră!" (Lectura 555-11)

Încă o dată precizez că este vorba de cazuri particulare, fiecare bolnav reacţionând diferit. Nu rezultă de aici că bunul oţet bio este o otravă pentru toţi. (Dar dacă provine din vin tratat industrial, da, este otravă, însă din motive mai generale, amintite atunci când am vorbit despre poluarea chimică.)

Toate bolile generate de îmbâcsirea organismului cu toxine se tratează cu legume: reumatismele, tulburările hepatice, constipaţia şi tulburările digestive, bolile ORL, bolile de sânge şi afecţiunile circulatorii, tulburările renale şi chiar cancerele! Am un potop de lecturi despre minunile săvârşite, în acest domeniu, de blajinele noastre legume.

Verde, galben, brun sau roşu: fiecare „virtute” are culoarea ei!

În prescripţiile sale, Cayce face distincţie între:

- Legumele **verzi** (de la care se consumă frunzele şi celelalte părţi ale plantei care cresc deasupra solului); verdele este viaţă... (Vezi terapia prin culoare dezvoltată de Jean-Michel Weiss, în lucrarea ***Se soigner, se guérir par les couleurs*** / Să ne tratăm, să ne vindecăm cu ajutorul culorilor, Ed. du Rocher. 1995)
- Legumele **galbene,** cu „virtuţi” diferite de ale celor verzi;
- Legumele-**rădăcini**, care cresc în pământ şi au în general culoarea pământului (ca majoritatea rădăcinilor brune sau maronii) înainte de a fi curăţate de coajă; calităţile lor sunt foarte specifice.

a) *Legumele verzi sau legume-frunze:*

Ele înmagazinează o energie solară enormă, prin urmare, sunt deosebit de revitalizante:

„Legumele-frunze conţin o ***mare cantitate de elemente energizante, ele îşi iau forţa vitală din lumina solară”.*** (Lectura 1564-3)

Acestea sunt foarte recomandate în regimul canceroşilor.

„Mâncaţi mai ales legume-frunze, iar carne, cât mai puţină cu putinţă!” (Lectura 1967-1)

„Pentru dumneavoastră, legumele-frunze sunt preferabile (...). Legumele verzi proaspete sunt bune dacă nu sunt colorate cu aditivi chimici”. (Lectura 1206-9)

Frunzele verzi tratează orice! încă trei lecturi pentru nişte bolnavi al căror sânge trebuie curăţat şi revitalizat:

„Legume verzi, de preferinţă combinate în salate!” (Lectura 4178-1)

„Mai multe vitamine în alimentaţia dumneavoastră; aveţi nevoie de ele ca să vă refaceţi sistemul nervos şi sângele: o alimentaţie alcalină, adică legume verzi”. (Lectura 890-1)

„Tot regimul dumneavoastră trebuie conceput în scopul curăţirii şi regenerării sângelui. Nu prea multă carne (...), însă legume verzi la discreţie (şi cu cât mai puţin oţet!)” (Lectura 5739-1)

b) *Legumele galbene:*

Acestea sunt adevărate rezervoare de vitamină B:

„Mâncaţi tot ce conţine vitamina B şi fier. Căci trebuie să vă refaceţi sistemul nervos şi proprietăţile coagulante ale sângelui. În acest scop, legume de culoare galbenă, în cantitate mare!” (Lectura 2538-1)

Ardei graşi galbeni, dovleci albi şi galbeni, dovlecei, porumb, ceapă, bureţi galbeni ca aurul... Şi tot nu e de ajuns! Mai trebuie nişte fructe: pepene galben, prune, lămâi, struguri, mere, pere şi chiar... câteva flori de călţunaş şi de dovlecel!

„Care este cea mai bună sursă de vitamină ***B?*** întreabă un reumatic.

- ***B şi B1: toate plantele galbene (...).***

- *Ce cantitate să mâncăm într-o săptămână?*

- ***În aceleaşi zile, la anumite intervale. Sau chiar zilnic, câte puţin, căci această vitamină nu se stochează ca suratele ei A, D, C sau G. Ea***

trebuie refăcută zilnic". Cayce se numără între primii care au atras atenţia asupra importanţei extreme a vitaminelor. Pentru ei, vaccinarea este inutilă: ne protejăm mai bine mâncând crudităţi. (Despre problemele actuale ale vaccinăm, vă recomand cartea lui Sylvie Simon, ***Vaccination, l'overdose?*** / *Vaccinarea, supradoză?,* Ed. Deja, 1999) (Lectura 1158-31, pentru un reumatic)

c) *Legumele-rădăcini:*

Ceea ce m-a mirat mult când am început să studiez prescripţiile lui Cayce în domeniul legumelor este atenţia pe care o acordă situaţiei lor „anatomice". Mă refer la anatomia plantei, „din cap până-n picioare", adică de la rădăcini până la partea aeriană ultimă. Cayce face o distincţie între legumele- rădăcini, legumele-frunze, legumele-fructe; iar noi, europenii, am putea adăuga şi legumele-flori: conopidă, conopidă italiană, anghinare şi salcâm, inflorescenţele de maghiran, cimbrişor, mentă etc., fără să uităm viorelele confitate, de Toulouse!):

„Ar fi mai bine pentru dumneavoastră, seara, să mâncaţi legume, păstrând un bun echilibru între ce creşte deasupra solului şi ce creşte în pământ!" (Lectura 203-1)

Cayce face o distincţie între părţile subterane ale plantelor, mai greu de digerat (bulbi, rizomi, tuberculi) şi părţile aeriene, mai digestibile. Fiecare „etaj" îşi are calităţile, proprietăţile, secretul său terapeutic:

„Nu ezitaţi să consumaţi o mare cantitate de legume crude, ca varza, lăptucile, ţelina, morcovul şi toate soiurile de creson. Însă legumele verzi, frunzele, sunt de preferat

rădăcinoaselor, în cazul dumneavoastră". (Lectura 5169-1)

De ce? Pentru că proprietăţile lor diferă. După Cayce, nu trebuie să abuzăm de **legumele-rădăcini** - ceapă, napi, sfeclă, ridichi, cartofi (pe care-i consumăm astăzi în exces):

„Nu prea mulţi cartofi. Mai bine legume verzi, roşii, rămurele de ţelină, lăptuci, linte şi orice fel de zarzavat". (Lectura 39-1 pentru un domn căruia i se cam rotunjeşte pântecul.)

Unei tinere de douăzeci şi doi de ani, care se luptă (deja!) cu obezitatea, îi spune:

„Seara, consumaţi legume fierte, dar nu cartofi, nici tuberculi, nici rădăcini de nici un fel, ci legume verzi fierte. Dacă le consumaţi uscate, să fie numai cele la care se mănâncă partea aeriană, şi fierte. Puţin unt sau deloc". (Lectura 2096-1)

Unui bolnav de bronşită, Cayce îi sugerează că bronşita sa este legată de o constipaţie cronică (aşa cum arată limba spaniolă, în care... „constipado" înseamnă „răcit"!). El se va vindeca epurându-se cu zarzavat.

„Seara, mâncaţi legume bine fierte. Dar nu oricare, nu cele care cresc în pământ. Numai cele care cresc la suprafaţă!" (Lectura 4293-1)

Legumele de la care mâncăm bulbul, rădăcina, tuberculul sau rizomul sunt „***mai greu de digerat",*** mai spune el în aceeaşi lectură. Din acest motiv, toţi reumaticii trebuie să mănânce mult zarzavat.

„Frunze de morcov şi frunze de ridiche, rămurele de ţelină, lăptuci, în fiecare zi". (Lectura 3138-1)

„Atenţie la alimentele care produc acizi în tubul digestiv. Deci nu prea multă carne, nici legume-rădăcini. Alegeţi-le pe cele bogate în frunze sau cu păstăi, care vor fi cele mai bune pentru dumneavoastră, ca şi citricele şi strugurii. Atenţie la cele care conţin mulţi sâmburi, evitaţi-le”. (Lectura 4172-1)

Din familia „cu păstăi” fac parte mazărea, năutul, fasolea, bobul etc. Fiind „aeriene”, nu cad atât de greu la stomac ca „tuberculatele”, despre care s-a vorbit mai sus. Fără îndoială că rădăcinile comestibile, contrar etajelor expuse la soare, necesită un efort de prelucrare: trebuie scoase din pământ, spălate, periate, curăţate de coajă, tăiate... Multe operaţii traumatizante pentru această fiinţă vie care este planta.

„Aproape toate alimentele vii sunt prelucrate înainte de consum. Câteva principii nutritive, ca vitaminele B, C şi E şi unele minerale, sunt eliminate într-o măsură variabilă în cursul acestui proces, astfel încât pot fi pierderi mai mari prin gătitul în bucătărie decât prin prelucrarea industrială. Este important să reducem aceste pierderi (de principii nutritive) cât mai mult posibil, mai ales când se găteşte mâncare pentru copii mici, femei gravide, persoane în vârstă, bolnavi şi cei care nu au poftă de mâncare. Înainte de a găti un aliment, acesta trebuie pregătit, poate tăindu-l sau curăţându-l de coajă, două operaţii care pot conduce la o pierdere de principii nutritive. Manipularea şi tăierea brutală în bucăţi, ori raderea, micşorează conţinutul de vitamină C”. (Dr. Penny Stanway, ***Manger mieux pour mieux vivre*** / *Să mâncăm mai bine, ca să trăim mai bine*, o carte foarte frumoasă, ilustrată cu imagini poetice, apărută la Ed. Robert Laffont, în 1990)

Ştiaţi acest lucru? Vom înţelege acum de ce recomandă Cayce, dacă se poate, să nu curăţăm coaja vegetalelor, prescripţie care trebuie reactualizată. Dacă legumele au crescut în grădina proprie sau o grădină bio, e şi mai bine: multe vitamine sunt concentrate în coajă. Dar dacă e vorba de legume cumpărate din piaţă şi cultivate industrial de cine ştie cine, e altceva. Simpla spălare nu reuşeşte să înlăture pesticidele; trebuie să curăţăm coaja (de pildă, pentru înlăturarea difenilului de pe lămâi...). Deşi am putea să renunţăm la groaznicele lămâi industriale pe care ni le livrează Spania - ţară a cărei legislaţie e mult mai puţin strictă decât a noastră, în materie de aditivi alimentari!

Legumele-frunze şi legumele-fructe pot fi scutite adesea de operaţiunea spălatului, dacă provin dintr-o grădină cultivată bio. Le putem toca manual. Rupte din grădină, pot fi consumate pe loc (mmm!...). Cu cât le manipulăm mai puţin, cu atât sunt mai vii, mai sănătoase, aşa cum arată testele de analiză vibratorie numite „cristalizări sensibile”. (Vezi dosarul din Vérités Santé Pratique nr. 25, care publică o imagine a usturoiului tocat manual, analizată prin metoda cristalizărilor sensibile; imaginea est armonioasă. Alături, imaginea usturoiului tocat electric este complet înceţoşată, arătând că acel usturoi şi-a pierdut energia. Este îngrijorător...)

Vegetalele, aceste fiinţe puţin cunoscute, nu trebuie amestecate fără discernământ. Proporţia indicată variază după bolnav:

„Seara, regim de legume bine echilibrat. Din trei legume pe care le veţi mânca, una va fi parte aeriană, iar două, rădăcini”. (Lectura 1137-4)

Pentru alte persoane, proporţia poate fi inversată, ca în cazul acelui reumatic căruia Cayce îi recomandă doar rădăcina:

„Găsim că pentru acest bolnav, trebuie considerate benefice TOATE vegetalele care cresc în pământ; toate cele care se prezintă sub formă de rizomi, da; dar trebuie pregătite astfel încât energiile lor vibratorii să poată fi asimilate de către organism. Deci să fie fierte numai în suc propriu, ca să nu se piardă sărurile minerale şi să fie consumate pentru întărirea organismului (ca fierberea înăbuşită în hârtie Patapar).

Aşadar (...) din această categorie de vegetale, consumaţi topinambur (*Helianthus tuberosus*, topinambur sau nap porcesc, (n. tr.)), ***nap, ridiche (aceasta poate fi crudă, nu trebuie să gătiţi totul), cartof, salsifi*** (*Scorzonera hispanica* ***(n. tr)***) ***etc... Nu înseamnă că trebuie să renunţaţi la legumele-frunze, ci doar că trebuie să le consumaţi de preferinţă crude”.*** (Lectura 1334-2)

Observaţi că Cayce vorbeşte aici de topinambur şi salsifi, două legume damnate. Bietele de ele sunt dezagreate din motive politice, căci ne amintesc de al doilea război mondial, când simbolizau restricţiile alimentare!

Legumioare cumsecade, rugaţi-vă pentru noi!

După o prezentare detaliată a fructelor în volumul al III- lea al ***Universului lui Edgar Cayce,*** iată o prezentare generală a legumelor (numite în limba engleză „vegetables”, ...adică nişte „buruieni” acolo!).

E foarte simplu: Cayce le atribuie toată virtuţile şi ne sfătuieşte să intrăm sub oblăduirea lor!

Fiecare specie de legumă urmează un „plan” de creştere bine stabilit. Rupert Sheldrake l-ar numi „câmp morfogenetic”, iar clarvăzătorii din Findhorn, „deva” (Vezi ***Souvenirs de nos vies antérieures*** şi vol. al III-lea al prezentei lucrări). Tradiţia celtă, încă vie în satele noastre de acum câteva secole, atribuia fiecărei specii vegetale un „spirit al Naturii”, însărcinat cu paza ei. Fiecare floare, fiecare copac, fiecare buruiană avea, în planul primar al Creaţiei, menirea de a întruchipa o virtute a lui Dumnezeu! Astfel gândeau şi unii botanişti ai Renaşterii, între care Paracelsus, cel ce sublinia specificitatea fiecărei plante în raport cu un organ uman, cu care se aseamănă prin formă sau culoare. De pildă, curmalele, numite „degete de lumină”, (*deglet nour*, în tradiţia arabă) sunt într-adevăr excelente pentru suferinţele mâinilor. Plantele cu suc galben-verde ca bila tratează ficatul (de exemplu, anghinarea).

Dacă această teorie putea să pară infantilă în „Secolul Luminilor”, ea revine acum odată cu renaşterea studiilor de botanică medicinală. Iar astăzi, nimeni nu-l mai dispreţuieşte pe Paracelsus!

„Alimentul să-ţi fie medicament”, repeta bătrânul Hippocrate. Ceea ce s-ar traduce în limbaj caycian prin *„Legumioarele să-ţi vindece toate bubele”!* Din acest punct de vedere, Cayce este precursorul tuturor şcolilor nutriţioniste actuale (între care una dintre cele mai convingătoare este cea a eleveţiencei Catherine Kousmine, deja citată aici).

Să ne întoarcem la Cayce, care a făcut sute de recomandări dietetice, încurajându-şi bolnavii să consume mai mult zarzavat. Prescripţiile cayciene

privitoare la legume sunt atât de variate încât n-ar încăpea toate, aici; fiecare bolnav, cu problema lui de sănătate, trebuie să-şi găsească planta sau plantele care să-l vindece. Din perspectiva cayciană, legumele sunt un puternic mijloc terapeutic. Altfel spus, legumele noastre sunt medicamente! Să nu uităm că farmacopeea noastră provine în mare parte din plante. Grăbiţi să ridicăm în slăvi meritele noilor molecule, uităm imensele rezultate pozitive obţinute dintotdeauna prin fitoterapie. Printre „cele de rând”, printre „ierburile de leac”, multe sunt legume atât de obişnuite încât nu li se mai acordă atenţie: ceapa, varza, păpădia, prazul, usturoiul etc. Dar, la drept vorbind, fiecare are virtutea sa.

Iată un bărbat cu „pietre” - adică avea calculi, sărmanul (ca Napoleon al III-lea). Toată problema era cum să dizolve pietrele în interiorul rinichiului, ca să nu ajungă la operaţie.

„Trebuie să iau în acest scop produsul numit „Mineral Food”?

- Nu e obligatoriu. În loc să apelaţi la un medicament sau compus (chimic) din comerţ, mai bine consumaţi legume proaspete: ele conţin ceea ce vă trebuie. Ele vor furniza vitaminele necesare organismului şi, în plus, vor restabili echilibrul forţelor vitale, mult mai bine decât ar face-o complementele alimentare ca acela pe care l-aţi pomenit”. (Lectura 843-7)

Acest fragment de lectură, prea scurt, nu precizează că între **„legumele proaspete”** recomandate, se află ceapa, o prietenă de nădejde a rinichiului, care poate fi aplicată extern sub formă de cataplasme.

Cura de legume acţionează şi împotriva cancerului? Aşa se subînţelege în multe lecturi. Această boala făcea ravagii încă de pe vremea lui Edgar. Iată cazul unei doamne de 44 de ani, al cărei cancer nu este încă bine precizat: tumora de ia sân nu este „malignă”, dar e pe cale să devină astfel.

„Regimul dumneavoastră să fie, în general, energizant. Carne să mâncaţi doar putină, peşte sau pasăre. Şi mai ales legume: ele vor elimina [tumora] ***şi vor aduce echilibrul organismului la normal.***

- *Această excrescenţă de la piept este canceroasă?*

- ***Nu. E o tumoră încă „benignă”.***

- *Pot scăpa de ea fără să mă operez?*

- ***Da, se poate fără operaţie. Cum vi s-a spus, ea se datorează unui dezechilibru al funcţiilor glandelor, care au reacţionat în tot organismul respingând un agregat de celule pe care au încercat (în zadar) să-l dea afară. Şi aceste secreţii s-au fixat pe glandele mamare.***

Deci, dacă o să faceţi aşa cum v-am spus, veţi revitaliza sângele, ajutându-l să elimine tumora, care va fi resorbită şi dată afară din corp”. (Lectura 683-3)

Alt caz de cancer, precoce, cel al unui tânăr de 24 de ani:

„Nu mâncaţi carne în cantităţi mari. Mai bine, faceţi-vă un regim de legume, pe bază de frunze verzi”. (Lectura 1967-1)

În lectura 1539-1, Cayce explică motivul acestei alegeri:

„Este pentru influenţele vibratorii de care aveţi nevoie. Legumele de acest tip poartă în ele însele Puterile Pământului”.

Majoritatea lecturilor lui Cayce fac o distincţie între ceea ce trebuie să mănânce bolnavul dimineaţa, la prânz sau seara. La cină, trebuie o mâncare mai uşoară, căci asimilaţia este mai greoaie. „Tot ovăzul de dimineaţă ajunge în băligar. Ovăzul de seară îngroaşă crupa”... spun crescătorii de cai. Cu alte cuvinte, o cină copioasă se mistuie mult mai greu decât un prânz echivalent. Poate că şi aceasta este o explicaţie a epidemiei de obezitate care ne loveşte acum.

Acest lucru ne aminteşte marele principiu al medicinei ayurvedice: după ce apune soarele, nu se mai mănâncă. Romanii, de altfel, cinau pe la ora şase a după-amiezii - aşa cum s-a obişnuit şi la noi vreme îndelungată. În copilăria mea, se suna cina la şase şi jumătate, în serile de iarnă, şi la şapte, în serile de vară. Astfel ne rămânea timp să facem o plimbare ca să admirăm apusul soarelui, după cină, ajutând digestia!

Am redat în volumul al III-lea fragmente de lecturi detaliate despre fiecare fruct. Din lipsă de spaţiu, nu voi face aici acelaşi lucru cu legumele. Dacă vă interesează în mod special subiectul, puteţi revedea volumele I şi III, unde am vorbit deja despre legume, sau puteţi cumpăra un ghid de botanică medicinală. Se găseşte în orice librărie. La noi, această problemă este amplu tratată; numeroase studii ştiinţifice au fost făcute în Franţa, în secolele trecute şi se fac şi astăzi. În domeniul fitoterapiei, suntem mult mai avansaţi în Europa decât în Statele Unite.

Legumele noastre naţionale sunt depozite farmaceutice foarte complete. Greşeala cea mai

frecventă este faptul de a le consuma atât de rar în stare proaspătă, crude şi bio! Varza, lămâia, prazul, ceapa, usturoiul, lăptuca, spanacul, roşia, ridichea, ţelina, anghinarea, cartoful, toate felurile de dovleac, morcovul, napul, sfecla de zahăr etc. sunt extraordinare medicamente polivalente, recunoscute ca atare dintotdeauna. Sute de cercetători le-au studiat, iar lucrările lor au fost mult popularizate. În toate librăriile şi în marile magazine universale, găsim manuale de botanică frumos ilustrate. Reviste întregi, consacrate sănătăţii, fac cunoscute virtuţile legumelor. Iar cărţi despre plantele comestibile... apar de la o zi la alta! (În afară de lucrările pe care le-am citat în acest capitol, am mai consultat: ***Secrets et vertus des plantes médicinales*** / *Secrete şi virtuţi ale plantelor medicinale* (selecţie, Readers Digest, 1980); ***Larousse des plantes qui guerissent*** /*Dicţionarul Larousse al plantelor de leac* (Dr. Gerard Debuigne, Librairie Larousse, 1974); ***L'alimentation vivante*** / *Hrana vie* (Michelle Karen-Wierner, Ed. Vivez Soleil, 1989), pe care mi-a recomandat-o în Elveţia Dr. Gerard Metrailler) Dar mai sunt şi altele, care concordă, în mare, cu afirmaţiile lui Edgar Cayce despre fiecare legumă.

2. HAI LA OUĂ!

Un dulap cu vitamine

În volumul al III-lea al prezentei lucrări, am redat cele mai importante lecturi cayciene despre carne. Ca să terminăm cu alimentele de origine animală, ne vom ocupa aici de ouă, lactate şi miere.

Celor mai mulţi bolnavi, Cayce le-a recomandat întotdeauna puţină carne. Iar altora, deloc! El justifica absenţa cărnii sau consumul foarte moderat prin conţinutul ei bogat în grăsimi, care supraîncarcă organismul şi sunt greu de eliminat. Carnea ar fi vinovată de cea mai mare parte a bolilor noastre. Ea conţine încă o otravă, adrenalina, secretată de animalele aflate în agonie, sub efectul fricii.

Ce-ar spune Cayce acum? Pe vremea sa, nu existau crescătoriile industriale. Dar astăzi majoritatea produselor din carne, a produselor lactate şi a ouălor este produsă pe această cale...

Oul concentraţionar

Datorită fenomenului recent al exodului rural şi al aglomeraţiilor urbane, exploatările mici şi mijlocii s-au dovedit incapabile să facă faţă cererii, prin metodele creşterii tradiţionale. Astfel s-au născut industriile agroalimentare, care au inventat creşterea intensivă „fără sol”. Crescătorul caută să obţină o producţie mare de carne, într-un timp scurt, cu un minim de hrană. În acest scop, el selecţionează animalele, le privează de mişcare, adesea şi de lumină, şi le dă o hrană artificială, pe bază de făină industrială. Această tehnică a fost folosită iniţial pentru pui. Puişorii de o zi sunt puşi în ţarcuri, câte 25 pe metru pătrat. Sunt hrăniţi cu alimente industriale şi ating o greutate de 2 kg în 45 de zile. „40.000 de animale, şi chiar mai mult de atât, sunt grupate în baterii”, precizează Dr. Kousmine, care este o autoritate în domeniul nutriţiei. Ea remarcă:

„Creşterea intensivă a făcut mai accesibilă, pentru portofelele modeste, carnea de porc şi de

pasăre, iar ultima a devenit chiar cea mai avantajoasă, pe când acum cincizeci de ani, era un produs de lux (...). Totuşi, concentrarea multor animale în aceste crescătorii intensive, pe o suprafaţă minimă, le face fragile Simplele măsuri de igienă, chiar draconice, nu sunt de ajuns pentru a le proteja. Pentru combaterea bolilor, pentru accelerarea creşterii, crescătorul foloseşte tot mai multe medicamente: vitamine, antibiotice, hormoni, dar şi tranchilizante etc. (...)" în plus, păsările de baterie sunt hrănite cu făină de oase... ca vacile „nebune"!(Dr. Catherine Kousmine, ***Sauvez votre corps*** / *Salvaţi-vă corpul*, Ed. R. Laffont, 1990, p. 218-222. Recomand, de asemenea, excelenta revistă medicală *Vérités-Sante-Pratique*, nr. 17 din 30 mai 1998, unde redactorul şef, Michel Dogna dezvăluie faptul că puii de crescătorie sunt hrăniţi chiar şi cu propriul găinaţ, reciclat astfel în alimentaţia lor! începem să ştim ce „se află cu adevărat în faimoasa „făină": cadavre de câini şi pisici adunate din cabinetele veterinare, deşeuri de la fabricile de ciment, excremente umane şi chiar fetuşi şi placente umane recuperate din tomberoanele spitalelor". Vezi Dr. Milly Schaër-Manzoli, ***Vache folle, cycle infernal*** / *Vaca nebună, ciclul infernal*, Ed. ATRA, Casa Orizzonti, 6517 Arbedo, Elveţia; şi Sylvie Simon, ***La Dictature medico-scientifique*** / *Dictatura medico-ştiinţifică*, Filipacchi, 1997, p. 148. Vezi şi articolele lui Jacques Desmeules, în revista *Ligii franceze împotriva vivisecţiei* (84, rue Blanche, 75009 Paris), ca şi cele ale lui Muriel Arnal în *Animaction*, revista asociaţiei *Talis* (8, rue des Morillons, 75015 Paris). în fine ne putem referi la numeroasele documente - foarte clare şi foarte explicite - publicate de SNDA (BP 30, 94301 Vincennes Cedex))

Iată ce ne punem în farfurie! Descindeţi într-o crescătorie industrială şi veţi înţelege! Cândva, am vrut să cumpăr labe de pui pentru supă. Măcelarul nu îndrăznea să mi le vândă, din cauza mirosului puturos pe care-l degajau. Am avut nevoie de două ore ca să le curăţ de mizeria încrustată în ele şi am înţeles că sărmanele zburătoare, înghesuite într-un spaţiu mic, zile şi luni, se bălăceau în propriile dejecţii. O găină de curte aleargă pe pământ şi e uşor de spălat. Labele păsării de crescătorie, condamnată la nemişcare, sunt pline de zgârieturi, iar rănile care nu se mai vindecă fierb în umezeală şi detergenţi. Animalul întreg sfârşeşte prin a fi intoxicat... Am încercat să gătesc acele labe schingiuite: fiertura mirosea atât de urât încât a trebuit să arunc totul, enervată de terciul obţinut.

„Astăzi, biologia dirijată la care sunt supuse animalele le provoacă deviaţii metabolice, vecine cu boala. În crescătoriile industriale intensive de viţei, de miei şi mai ales de porci, a apărut o nouă boală caracterizată (...) prin paralizii. Animalul astfel slăbit se infectează cu uşurinţă (...), muşchiul e flasc, umflat şi puroiază într-un mod anormal. Oasele au devenit friabile. Valoarea nutritivă a unei asemenea cărni este afectată corespunzător”. (Ibid. Toată Bretania este astăzi poluată de deşeurile porcilor crescuţi în baterie. Nu este de vină porcul, ci alimentele chimice cu care este îndopat. Aceste deşeuri produc nitraţi toxici care poluează toate apele)

Doctoriţa Kousmine (trecută deja în lumea drepţilor) a fost la timpul său una din personalităţile marcante ale lumii medicale. Am cunoscut, în Elveţia, persoane pe care le vindecase de cancer - numai prin corectarea regimului alimentar. Marea doamnă din

Lausanne a repetat mereu - ca şi Cayce! - că principala cauză a bolilor noastre o constituie erorile alimentare. Kousmine a creat şcoală: învăţătura sa se impune tot mai mult la ora actuală, cel puţin în privinţa principiilor de bază.

Ne aşteaptă foametea

Bineînţeles că nici ouăle nu scapă de dezastru: găina de crescătorie, bolnavă şi chinuită, nu mai poate produce ouă sănătoase. E o problemă mondială, rezultată din exploatarea la scară planetară a resurselor alimentare. Această exploatare rezultă dintr-o schemă egoistă: se supraproduce în ţările bogate, jefuind ţările sărace.

Dr. Kousmine vorbeşte de tonele de manioc, arahide şi soia pe care ţările sărace sunt obligate (prin jocul cererii şi al ofertei) să le furnizeze acestor ţări bogate, în dauna propriilor lor culturi şi nevoi alimentare.

„De exemplu, un procent enorm de ouă, păsări, porci, viţei fiind obţinut astăzi „fără sol”, fabricarea nutreţului pentru vite a devenit o industrie foarte puternică. În 1977, CEE a furnizat 70 de milioane de tone. În acest scop, în 1978, a importat 6 milioane de tone de manioc, de vreo 17 ori mai mult decât în 1968 (...). Europa celor Nouă foloseşte astfel tot mai mult pământurile şi rodul muncii ţăranilor subplătiţi din Lumea a Treia, ca să producă tot mai multe proteine animale. Fără să ştie, ţăranul tailandez sau brazilian este integrat în uzina crescătoriilor franceze, germane, belgiene, olandeze. Aceasta este o nouă formă de colonizare, de exploatare a ţărilor sărace de către cele bogate”.

Cititorii mei nu sunt... oi! Nu se consideră obligaţi să joace cum le cântă televiziunea! Ei au ales un itinerar de evoluţie personală - ceea ce presupune un anumit curaj. Ei cred că, la ora actuală, a închide ochii la o asemenea problemă este un lucru cât se poate de necinstit. Dacă vrem cu adevărat să facem ceva pentru Lumea a Treia (şi a Patra!) să începem prin a strânge gunoiul din propria ogradă. Mai întâi, când intrăm în magazinele alimentare, să avem curajul de a nu cumpăra orice. Ar trebui să facem ca fluxul cererii şi ofertei să curgă invers.

Iată de ce am ales agricultura biologică şi creşterea biologică... De douăzeci de ani, îndur neîncetat sarcasmele acelora care nu ştiau nimic (şi nici nu vor să ştie vreodată) despre această problemă: e mai comod, nu-i aşa, să fii la fel ca toată lumea şi să cumperi ouăle de crescătorie de la supermagazinul din colţ... Iar ţăranul, bietul de el, n-are decât să piară - oricum e departe, deci nu ne deranjează!... Până în ziua când noi înşine vom fi prinşi în acest vârtej monstruos: Cayce vorbeşte în profeţiile sale de foametea care va izbucni la acest sfârşit de secol - chiar în Statele Unite.

Când vorbesc de ouă în acest capitol, mă refer desigur la ouăle păsărilor crescute pe pământ, nu la cele de crescătorie - oroare care nu exista în vremea lui Cayce (între 1901 şi 1944). De altfel, consumatorii încep să vadă lucrurile aşa cum sunt. După ce au fost supuşi ani de zile unei otrăviri lente, mulţi dintre ei se trezesc şi nu mai acceptă aceste ouă. Prin urmare, trebuie să citiţi atent etichetele şi să alegeţi ouăle provenite de la fermele „bio”, despre care am vorbit mai sus. Dr. Jacqueline Bousquet (Dr. Jacqueline Bousquet, autoarea cărţilor ***Au coeur du vivant şi***

Sciences dans la lumière / *Ştiinţa sub reflector*, Ed. Saint-Michel, 1992), „specialistă în endocrinologia reproducerii”, unul dintre primii şi rarii oameni de ştiinţă care au denunţat tot ce ne-a făcut să ajungem la vaca nebună, spunea:

„Un animal strangulat în deplină cunoştinţă şi care agonizează timp de zece minute ajunge în farfurie cu această amintire. Vai de cei care înglobează în muşchii lor această experienţă (...)”.

Sau:

„Cum pot fi considerate ouăle obţinute de la asemenea orătănii? Unii le numesc „ouăle durerii”, „ouăle ruşinii”. Dacă consumatorii ar vedea fotografiile acestor păsări a căror suferinţă fiziologică este incomensurabilă, ar renunţa - cutremuraţi - la un astfel de produs al morţii. (Citat de Syilvie Simon în ***Dictionnaire medico-scientifique***, op. cit)”

Când eram în Statele Unite, nimeni nu mai voia să mănânce ouă: presa le acuzase de creşterea colesterolului. O modă... ca şi fusta-chilot şi izmenele înflorate („colanţii”... n.tr.)| în anul următor, nişte reviste medicale au publicat articole (plătite, oare, de sindicatul naţional al avicultorilor sinistraţi?) care explicau iubiţilor cititori că, în fine, ouăle au totuşi ceva bun! în opinia mea, ouăle nu sunt nici mai bune, nici mai rele decât carnea cu care se îndopa lumea de pe acolo. În orice caz, ţinând cont de slaba calitate a produselor avicole din Statele Unite, de când domnesc aceste imunde lagăre de concentrare pentru orătănii, ouăle şi-au pierdut calităţile nutritive. Ba chiar au devenit de-a dreptul toxice ca şi restul. Peste Ocean, nimeni nu mai ştie cât era de gustos oul proaspăt de altădată, luat cald din cuibar. Cât despre cocoşul nostru galic, care s-a luat prosteşte după americani,

renegând emblema naţională, ar mai putea oare să ia atitudine? Copiii noştri îşi vor mai aminti, cândva, că e nevoie de o găină ca să ai un ou? încă de pe vremea lui Cayce, unii dintre consultanţi nu ştiau prea bine cum stau lucrurile... Ca dovadă, întrebarea pusă lui Cayce de o doamnă de oraş - şi puritană: ***ascundeţi sângele ăsta, să nu-l văd!*** (Trebuie să vedem în această întrebare un efect al misoginismului mocnit care subminează unele societăţi. „Femeie de douăsprezece ori necurată” spunea un poet al cărui nume e mai bine sã-l uităm!):

„Am aflat că ouăle nu sunt bune de mâncat pentru că sunt, de fapt, menstruaţia găinii. E adevărat?”

„Dar oul este un produs al corpului, întocmai ca embrionul la oameni, în procesul concepţiei - sau fetusul după concepţie! Nu se poate spune că ouăle sunt o menstruaţie!” (Lectura 1703-2)

Iată cum ignoranţa e mama tuturor frustrărilor... Dacă fiecare ou (sterp) este „avortul” unei găini, aşa cum l-a prevăzut Natura, este mai degrabă o treabă bună pentru noi...

Creşterea „fără sol” nu este singurul factor care denaturează ouăle: orice produs, vegetal sau animal, este afectat astăzi de poluare; oul pe care-l mâncaţi acum nu mai este la fel cu acela pe care-l mânca bunica, acum o sută de ani. Pesticidele sunt prezente astăzi în toate grăsimile animale Aerul pe care-l respiră găina este mai puţin curat, iar hrana ei, aşa cum am văzut, este plină de substanţe toxice încorporate în „făină”, de către fabricantul de nutreţ. Şi chiar dacă vă creşteţi singuri găinile, în cele mai bune condiţii biologice, nu puteţi evita anumite contaminări...

Constatările pe care le fac la ora actuală o serie medici oneşti sunt destul de îngrijorătoare.

De pildă, am auzit-o pe Dr. Jacqueline Peker la o conferinţă ţinută la Navire Argo (Asociaţie franceză de popularizare a lui Edgar Cayce. Adresa: BP 674-75367 Paris Cedex 08), povestind întâmplarea care urmează. Vizitând Polonia, stă de vorbă cu şoferul autocarului care o duce la Cracovia. „Ştiţi, e ciudat!” îi spune acesta. „Mama stă la ţară, la două sute cincizeci de kilometri de aici, spre est. Mereu a crescut iepuri. Sigur că la fiecare rând de pui, nu sunt toţi la fel de reuşiţi: există întotdeauna unu sau doi mai prăpădiţi! Dar ceea ce ne miră cel mai tare, de la Cernobîl încoace, este că se nasc monştri: iepuraşi fără labe sau fără piele pe burtă, de exemplu. De fiecare dată, sunt trei sau patru astfel de iepuraşi din doisprezece născuţi de aceeaşi mamă!”

Atunci Dr. Peker l-a întrebat: „De când au apărut, mai exact, aceste malformaţii?”

- De vreo patru ani, a răspuns şoferul.

- Acum patru ani... a fost Cernobîlul, vă amintiţi?

- Sigur că da - a spus şoferul - dar n-am făcut legătura. Mama locuieşte la frontiera cu Ukraina, deci nu prea departe de Cernobîl Acum înţeleg. Am fost iradiaţi!”

Iar Jacqueline Peker adăuga: „Bineînţeles că asta se întâmpla în Polonia. Din fericire, la noi nu e cazul: norul de la Cernobîl s-a oprit la frontieră, din ordinul preşedintelui Republicii...” (Dr. Jacqueline Peker, ***Dictionnaire des médecines douces pour chiens et*** chats / *Dicţionar de terapii uşoare pentru câni şi pisici*, Ed. du Rocher 1986; ***Soignez votre chien par les médecines naturelles*** / *Îngrijiţi- vă dinele cu remedii naturale*, Ed. Stock 1990).

Sănătatea generală a oamenilor s-a înrăutăţit în ultimii trei-patru ani - cam aşa spun medicii, ei care văd sute de pacienţi şi se ocupă de punerea diagnosticului. De ce această constatare pesimistă, când presa este mai degrabă triumfalistă? Se poate obiecta că medicii văd numai bolnavi! Dar statisticile par să le dea dreptate:

„Suma a mii de conduite individuale eronate a generat, pe de o parte, o gravă alterare a sănătăţii publice - şi asta până la nivel de zestre genetică - iar pe de altă parte, o agravare a sărăciei şi foametei în Lumea a Treia.

Trebuie să ne corectăm urgent conduita alimentară. Degradarea noastră sanitară devine o problemă de salvare publică. Un occidental din doi este constipat, ceea ce duce la o intoxicare chimică, sursă a unei alte serii de tulburări; un individ din doi este hipertensiv sau alergic; unu din trei sau patru este sau va fi canceros; unu din doi este obez, unu la douăzeci este diabetic; procentajul copiilor malformaţi sau al cuplurilor sterile a crescut etc. - la care se adaugă pericolul reprezentat de SIDA”.

Atunci ce să facem? Să nu mai mâncăm ouă? Eu n-am atins încă această performanţă! Să ne dăm silinţa să găsim ouă sănătoase - cât mai puţin poluate, adică? Cred că această alegere merită osteneala. Mai întâi. pentru că gustul este incomparabil mai bun, iar plăcerea are virtuţi curative. Apoi, preventiv, ca să nu acumulăm deşeuri toxice în organism.

Când locuiam în dragul oraş Chesnay-dans-les-Yvelines, aveam găini. Rustice, robuste, îşi duceau viaţa fără să-mi dea prea multă bătaie de cap; le hrăneam cu resturi şi devorau tot ce le aruncam: cartofi, carne, peşte, supă, cereale - nu refuzau nimic.

Îmi ouau în fiecare zi; erau nemaipomenite ouăle acelea calde, de care se lipea câte o pană, în chip de semnătură.

Reîntors la Paris, fiul meu Gil mi-a spus într-o dimineaţă, la micul dejun: „E ciudat, mamă, ouăle au un gust rău aici. Ce se pune în ele? Nu seamănă deloc cu ce mâncam ia Chesnay”. Şi avea dreptate. M-am documentat să văd de unde proveneau acele ouă: erau produse într-o crescătorie industrială imensă, unde sute de sclave cu pene supravieţuiau legate de „fabrică”. Ceea ce mâncam avea gustul disperării, al mizeriei, torturii suportate de fiinţe care nu pot vorbi ca să se plângă (şi cărora nu le recunoaştem nici un drept!). Când mă gândesc la găinile mele libere, care se cocoţau pe crengi ca să-şi povestească aventurile, care se alergau cu cocoşul şi îşi adunau puişorii în jurul lor!... Ele ne iubeau pentru că le tratam cu blândeţe. De aceea ouăle erau atât de gustoase!

Şi dacă vă dă mâna să creşteţi păsări sau dacă aveţi ouă bune, ouate de „găini fericite” cum se spune în Elveţia (adică dintr-o crescătorie unde pasărea trăieşte relativ liberă, pe sol, fiind hrănită cu grăunţe), atunci aceste lecturi sunt pentru dumneavoastră!

O mină de aur şi un dulap cu vitamine

Ştiaţi acest lucru? Oul este o pepită. El conţine mult aur, oligoelement absolut indispensabil vieţii, a cărui carenţă favorizează diverse îmbolnăviri:

„În materie de regim (...), alegeţi de preferinţă alimente care conţin fosfor şi celelalte oligoelemente de care e nevoie pentru sănătate, (...) de exemplu pe acelea care conţin aur.

- *Ce alimente conţin aur, siliciu şi fosfor?*

- ***O mulţime. Gălbenuşul de ou, de pildă, însă fără albuş”.*** (Lectura 1000-2, pentru o femeie de 40 de ani, atinsă de depresie)

Galbenul este culoarea bucuriei, a Soarelui, a Vieţii...!

Aşa cum spunea Cayce mai sus, oul este deopotrivă o mină de fosfor, fier, sulf, calciu:

„Trebuie să introduc în regimul meu gălbenuşul de ou?

- Gălbenuşurile sunt excelente. Le puteţi include în micul dejun. Sunt foarte bune pentru dumneavoastră, fierte bine şi apoi zdrobite, şi amestecate cu ce vă place. În cazul dumneavoastră, ele sunt o indicată sursă de sulf”. (Lectura 1206-9)

„Ar trebui să evit ouăle?

- Depinde de modul cum vă echilibraţi meniurile încât să cuprindă oligoelementele care vă sunt necesare. Unele se găsesc mai ales în ouă, de exemplu sulful. Totuşi, albuşul, care este bogat în oligoelemente, vă poate face rău”. (Lectura 5399-1)

Pr. Robert Lombardi rezumă astfel gândirea cayciană (şi a multor nutriţionişti!) în privinţa ouălor:

“Mâncaţi ouă (dacă se poate, proaspete şi fecundate!). Este de preferat să le fierbeţi moi (astfel gălbenuşul rămâne lichid). Albuşul este uneori nerecomandat pentru unii bolnavi; gălbenuşul, niciodată. Atenţie la ouăle de crescătorie industrială, mai ales în Belgia; ele conţin atâta antibiotic, uneori, încât ar trebui vândute la farmacie! (Pr. Robert Lombardi, ***Medecine. Révolution verte. Introduction â l'omniopathie*** / *Medicina. Revoluţia verde. Introducere în omniopatie cu subtitlul: Edgar*

Cayce, ayurveda, macrobiotique, acupuncture, vibrotherapie et hindomédeclnes, Ed. Lombardi, p. 80))

Afirmaţie profetică: scandalul puilor cu dioxină nu izbucnise încă...

O femeie tânără, de 29 de ani, care suferă de demineralizare (lipsa de calciu îi provoca probleme dentare) întreabă:

„Ce regim îmi recomandaţi, domnule Cayce, ca să numi pierd dinţii?”

„Mâncaţi ouă! Ele sunt indicate în special pentru protejarea dinţilor, căci conţin mult calciu, iar asta va ajuta tiroida să restabilească echilibrul, înţelegeţi?” (Lectura 1523-3)

Dar vitaminele? în loc să le luaţi sub formă de pilule roz care-i îmbogăţesc pe magnaţii industriei farmaceutice, căutaţi- le în farfurie:

„V-ar fi de folos un regim alimentar energizant cu vitamină B1, fier, vitamină G. Acest tip de combinaţie este excelentă pentru dumneavoastră. Va fi mai eficient să luaţi acest supliment vitaminic sub formă de aliment, decât ca preparat farmaceutic (...). Aşadar, mâncaţi măcar o dată pe zi, un gălbenuş de ou”. (Lectura 1770-7)

Unui tânăr handicapat, care nu poate merge normal la vârsta de 21 de ani, din cauza tulburărilor motorii, Cayce îi spune:

„Regimul dumneavoastră alimentar trebuie să conţină multe oligoelemente, calciu şi fier - şi în mod special complexul de vitamine B, mai ales B1. Asta vă trebuie.

Veţi găsi acest supliment vitaminic în alimentaţie, în loc să consumaţi vitamine sub formă medicamentoasă (...). Cel puţin de trei ori

pe săptămână, aveţi grijă de acest aspect. Desigur că nu veţi găsi vitaminele respective în orice alimente: iată de ce va trebui să mâncaţi, dimineaţa, un gălbenuş de ou. (Crud, desigur, pentru a beneficia de vitamine!)” (Lectura 2873-1)

Părinţii unui băieţei de 10 ani, handicapat datorită unui accident din timpul naşterii, întreabă:

„Trebuie să recurgem la complemente alimentare, ca uleiul din ficat de morun, preparate farmaceutice pe bază de fier sau complexe vitaminice ca să ajutăm creşterea?”

„Aceste elemente trebuie să facă parte din regimul lui alimentar obişnuit, cu condiţia să-i daţi alimentele necesare în cantitate suficientă. De exemplu, cereale integrale, de calitate, în fiecare zi: asta va răspunde nevoilor copilului. Dacă veţi adăuga şi un gălbenuş de ou în fiecare zi, va fi de ajuns, iar organismul său le va asimila mai bine decât vitaminele (cumpărate din farmacii) pe care i le veţi da pentru întărire”. (Lectura 2780-2)

Oul zilnic şi micul dejun angloid

Iată o serie de cazuri de anemici, oameni devitalizaţi, demineralizaţi, convalescenţi, surmenaţi - indiferent de cauză. Cayce le recomandă ouăle ca sursă de vitamine indispensabile şi ca tonic. El le prescrie foarte des dimineaţa, pentru că organismul foloseşte atunci energiile răsăritului de Soare, care uşurează efortul digestiv:

„Dimineaţa, ar fi bine să mâncaţi unu sau două gălbenuşuri de ou, bătute fie în lapte, fie în malţ. Mâncaţi asta la micul dejun, împreună cu cereale integrale”. (Lectura 501-1)

Toată lumea ştie că forţa armatelor britanice stătea în întregime în raţia de ***porridge*** (griş de ovăz fiert în lapte, n.tr.) consumată la micul dejun... La vremea aceea, se consuma tradiţional şi bio acest terci făcut din ovăz. Astăzi însă nu mai este valabil.

Pentru ilustrarea acestei lecturi cayciene, vom face din nou trimitere la Dr. Kousmine: ar trebui să mâncăm în fiecare dimineaţă, la micul dejun, „cereale integrale, proaspăt râşnite şi crude (la alegere: crupe de ovăz, orz decorticat, orez integral, hrişcă)”, sau orice altă cereală crudă, măcinată cu râşniţa de cafea, cu condiţia să nu fiţi alergici (la grâu sau secară, în unele cazuri). Ea le prescrie tuturor, fie bolnavi sau sănătoşi, „să consume zilnic cereale integrale în supe sau sub formă de terciuri, folosite întregi sau zdrobite, sau proaspăt râşnite” şi dă numeroase reţete excelente, între care celebra cremă Budwig, folosită de mulţi elveţieni (Dr. Kousmine, op. cit., ultima pagină). Majoritatea nutriţioniştilor actuali îi dau dreptate, în mare parte... Dar nu se pune problema să cumpărăm cereale semipreparate, prelucrate industrial. Trebuie să ţinem cont, de asemenea, de cazurile de intoleranţă digestivă la grâu sau secară proaspăt râşnite.

Micul dejun de tip englezesc, recomandat altădată de Cayce, a degenerat complet astăzi. Cândva, era foarte greu să găseşti cereale crude şi bio. Acum, e mai simplu, căci aşa cum am văzut mai sus, marele public alarmat de invazia organismelor modificate genetic (O. MG.) pe pieţe, este din ce în ce mai preocupat de bio.

Or Cayce a fost întrebat odată:

„Trebuie să mai mănânc altceva, la micul dejun, în afară de sucul de citrice pe care mi l-aţi recomandat?

*- **Nimic, aşa ar fi mai bine. Totuşi, uneori, la micul dejun sau la prânz, adăugaţi un ou fiert moale • dar numai atât, nimic altceva, cu excepţia unei felii de pâine din cereale integrale (orz, grâu sau ovăz)”.*** (Lectura 1419-5)

Actualul mic dejun „cu cereale integrale” practicat în marile hoteluri nu are nici o legătură cu dietetica lui Cayce. E doar o păcăleală, dacă nu vi se servesc cereale bio sau integrale (ceea ce nu se întâmplă niciodată). În acest caz, colac peste pupăză, ele sunt incompatibile cu sucul de citrice. Recomandarea care urmează poate fi aplicată doar acasă:

„În fiecare dimineaţă, consumaţi un suc de citrice. Mai târziu, veţi schimba acest regim: după treizeci sau patruzeci de minute, veţi adăuga un gălbenuş de ou - fără albuş! - cu o cereală (integrală). Excelent ca mic dejun!” (Lectura 404-2, pentru o femeie cu probleme intestinale şi constipaţie)

Dacă unora li se recomandă câte un ou pe zi (sau mai mult), alţii nu trebuie să consume mai mult de două-trei pe săptămână. Iar alţii, doar ***„rareori”.*** Acest lucru arată cât de personalizate erau lecturile lui Cayce. Dacă am extrage din ele nişte reguli generale, ar trebui să reflectăm înainte de a le aplica şi să le adaptăm fiecărui caz concret.

Cât despre constipaţia care trebuie tratată aici, ea are cauze multiple: una dintre acestea este slăbirea tonusului digestiv, printr-o acumulare de toxine

datorate lactatelor, grăsimilor animale, cerealelor şi chiar fructelor prost combinate. Dacă regimul este echilibrat cu alimente sănătoase, problema dispare. Vom relua acest subiect pe larg, mai departe.

Gălbenuşurile joacă şi câştigă

Albuş sau gălbenuş? Depinde de caz. Pentru unii, albuşul este interzis:

„Oare ouăle nu mă iubesc, domnule Cayce?

- ***Într-adevăr, nu sunt bune pentru dumneavoastră, acum. Totuşi, după ce veţi urma timp de două săptămâni tratamentul osteopat prescris, veţi putea reveni treptat la ouă. Dar nu consumaţi niciodată albuşurile; numai gălbenuşurile, uşor încălzite, sub formă de „ouă cleioase".*** (Lectura 2426-1)

„Domnule Cayce, trebuie să renunţ la albuşul de ou? Dacă da, de ce?

- Albuşul de ou produce aciditate dintr-o prea mare bogăţie energetică. Totuşi, într-un ou fiert moale, e mai puţin greu; şi, când veţi fi mai bine, cu schimbările pozitive la care sperăm, veţi putea consuma oul întreg şi va fi foarte bine pentru dumneavoastră - cu condiţia, totuşi, să fie fiert moale, sau „bătut", şi foarte puţin fiert". (Lectura 567-8)

Am văzut în capitolul precedent problemele puse de excesul de aciditate, Iată un alt bolnav, mai în vârstă (53 de ani), care suferă de tulburări digestive:

„*De ce îmi provoacă unele alimente o senzaţie atât de neplăcută de apăsare pe inimă?*

- Organismul dumneavoastră nu reuşeşte să le digere din cauza albuşului, când e prea mult. Gălbenuşul nu are acest efect”. (Lectura 843-1)

Alt caz, un copil astmatic:

„La prânz, nu-i daţi niciodată dulceaţă, nici conserve, nimic de genul acesta! în schimb, gălbenuşuri de ou (fără albuş!), în sandvişuri. Trebuie să le fierbeţi până se întăresc, le zdrobiţi şi le amestecaţi cu sos, dar fără oţet, fără castraveciori!” (Lectura 5682-2)

Vinegreta cu gălbenuş de ou e totuşi atât de bună... dar avem în bucătăria franceză alte formule care folosesc gălbenuşul singur, crud, sau tare şi zdrobit. De exemplu: *ailloli* (Ailloli (sau aïoli), termen provensal, care denumeşte o maioneză preparată din usturoi fin pisat şi ulei de măsline. (N.tr.)), sosul cu frişcă, sosul bearnez (Sos preparat din ouă şi unt topit. (N.tr.)), sosul „Înfuriat” etc. Maioneza este des recomandată de Cayce.

Şi iată un caz foarte grav: o tânără de 26 de ani, paralizată:

„Nu mâncaţi albuşul de ou, ci doar gălbenuşul, o dată sau de două ori pe zi. Ca să aibă un gust mai plăcut, puteţi să-l bateţi într-o băutură sau într-o mâncare. Cel puţin două gălbenuşuri pe zi!” (Lectura 3694-1)

Se vede, din această lectură, că Cayce consideră gălbenuşul de ou drept un veritabil medicament, un filon de vitamine şi oligoelemente, care n-ar trebui neglijat niciodată. Terapia prin alimentaţie, chiar în cazurile grave, există, dar foarte puţini oameni o ştiu! Oricum, simplul fapt de a corecta un regim alimentar aduce, de regulă, o îndreptare spectaculoasă a stării

generale, Iată, de exemplu, cazul unui copil care este mofturos din cauza viermilor şi a răcelii:

„Fără dulciuri, o vreme. Mai degrabă foarte puţin lapte cu ouă (mai ales gălbenuş şi cit mai puţin posibil albuş) pentru prânz”. (Lectura 203-1)

Oricine ştie că viermii intestinali proliferează pe un „teren” dezechilibrat, adică prea acid; prin urmare, corectarea regimului alimentar reechilibrează organismul.

Consecinţele unei otrăviri colective

Iată altă dramă, rară pe vremea lui Cayce şi, din nefericire, devenită foarte curentă astăzi: obezitatea. Să vedem ce sfat primeşte acest bolnav:

„Înainte de fiecare masă, beţi un suc de grepfrut proaspăt, cu trei minute înainte de a vă aşeza la masă.

Dimineaţa, un gălbenuş de ou (fiert moale, niciodată prăjit)”. (Lectura 2315-1)

Problema obezităţii, la ora actuală, depăşeşte cu mult cazurile izolate. Obezii sunt victimele unei otrăviri chimice la scară mondială - care se agravează tot mai mult. Iată ce ne povesteşte Dr. Kousmine despre generalizarea antibioticelor şi a preparatelor hormonale administrate de crescătorii de animale:

„Văzând nocivitatea acestei metode, serviciile sanitare au căutat să limiteze folosirea lor prin reglementări. Dar controlul aplicării lor s-a dovedit foarte dificil şi abuzurile continuă. Astfel, citim într-un cotidian francez din 31 iulie 1982 că 16.000 de animale de carne au fost contaminate cu metil-tiouracil şi anabolizante. Cinci tone (!) din primul produs au fost vândute de un farmacist din nordul Franţei, în cursul ultimilor trei ani, unui număr de o sută de crescători.

Or, metil-tiouracilul („*Tioureea* [...] şi derivaţii ei conţinând radicalul *tiourilen*, [...], printre ei şi *tiouracilul*, blochează producerea de iod organic legat din iodul ionizat. Deoarece ele produc hipertrofierea glandelor tiroide, substanţele antitiroidiene se numesc şi guşogene”. (E. Felszeghy, A. Abraham, ***Biochimie***, Ed. didactică şi pedagogică, Bucureşti, 1972, p. 381). (N.tr.)) este un produs care frânează activitatea tiroidei, încetineşte arderile, scade metabolismul bazai, provoacă apariţia unei umflări a ţesuturilor, numită mixedem, şi din această cauză, favorizează creşterea în greutate”.

Or, spune autoarea noastră, când s-a descoperit acest lucru, „trei sferturi din animalele astfel tratate fuseseră deja tăiate şi livrate către diverse măcelării”. Iar bietul consumator a fost din nou tras pe sfoară...

Astfel de otrăviri colective erau rare pe vremea lui Cayce. Cum să ne apărăm? întreabă Dr. Kousmine şi, odată cu ea, tot mai mulţi medici. „Singura modalitate sigură de apărare faţă de aceste practici nocive este restrângerea consumului de carne”, spune ea Aici, nu mai este urmată de tot corpul medical, foarte împărţit în privinţa acestui subiect. Dar învăţătura caysiană insistă asupra necesităţii de a limita consumul de proteine animale, factor al obezităţii (Vezi volumul III). Cât despre ouă, albuşul nu este bine tolerat de mulţi obezi pentru că este mai bogat în proteine animale decât gălbenuşul, fie crud sau gătit.

Una din dramele acestei epoci este invadarea alimentaţiei noastre de către „bucătăria” americană (dacă se poate numi bucătărie...). Consumarea multor produse animaliere provenite de la animale maltratate, mâncare grasă, produse denaturate chimic prin

procedee industriale - iată modelul dezastruos generat de acest *american way of life*, care ni se impune.

Trebuie să înţelegem natura profundă a puritanismului anglo-saxon care ne invadează. Conform principiului de căpătâi al acestui puritanism, este „păcat” să te ocupi de trupul tău. Deci nu tu eleganţă, căci frumuseţea este un „superpăcat”; nu tu plăcere în dragoste, căci carnea nu este „clean” (engl., curată, n.tr.); şi, în fine, nu tu mâncare gustoasă - se mănâncă cât mai prost cu putinţă pentru a evita orice gust al păcatului. Pot să spun, pe drept cuvânt, că tot ce am mâncat acolo (în Statele Unite, n.tr.) era mizerabil - cu excepţia felurilor servite de o linie de restaurante cu şefi francezi şi de nişte prieteni europeni, care mai păstraseră ceva din priceperea culinară a Lumii Vechi. Restaurantele de acel gen se înmulţesc în New York, în marile oraşe şi în străinătate. Din păcate însă, se înmulţesc şi fast-food-urile de modă yankee.

Oul moale... şi mucalit!

O problemă foarte serioasă este felul cum gătim ouăle. Tata, Philippe Koechlin-Schwartz, ştia să le pregătească în sute de feluri. Cayce nu recomandă ouăle gătite (şi aici este în deplin acord cu Dr. Kousmine). Premiul întâi la concursul internaţional al alimentului indigest: oul prăjit.

„Niciodată, nici un ou prăjit! Pentru dumneavoastră, nu prea multe ouă* - *şi numai fierte moi”. (Lectura 1303-1)

În orice caz, am văzut că, întotdeauna, Cayce declară război uleiului încins care ne atacă fortăreaţa digestivă şi zidurile de apărare ale imunităţii:

„Niciodată să nu mâncaţi prăjeală, de nici un fel, niciodată! Şi mai precis, niciodată ouă prăjite!” (Lectura 1586-1)

Păcat! Erau atât de bune omletele crocante şi ouăle ochiuri rumenite! Pe loc mi-am vândut prăjitoarea electrică şi nu mai „rumenesc” nimic în tigaie... Ficatul meu a răsuflat uşurat. Ştiu că în unele ţări din sud, cum ar fi Spania, totul este „rumenit” în ulei... Iar eu, de fiecare dată, mă întorc bolnavă de acolo. În schimb, în Italia, unde uleiul de măsline stă pe masă şi este adăugat crud direct în farfurie, bucătăria este mai sănătoasă. Mediteraneenii au suportat bine prăjeala, secole de- a rândul, pentru că trăiau foarte aproape de Doamna Natură şi bio - astăzi îşi păstrează tradiţiile şi sunt ocoliţi de cancerul obezităţii. Expresia *„mediterranean diet”* datează din 1975, când A. Keys a folosit-o într-o carte publicată la New York (***The Mediterranean Diet did Cancer Prevention*** / Alimentaţia mediteraneană a împiedicat apariţia cancerului, M. J. Hills Editions, 1995, A Oracesa).

„Regimul mediteranean nu are o definiţie foarte strictă.

El corespunde unor obiceiuri alimentare specifice regiunilor din jurul Mediteranei: puţine grăsimi saturate, mai multe glucide complexe şi naturale sub formă de fructe, legume şi mai multe proteine vegetale în cereale şi leguminoase (...). Unele studii (...) subliniază faptul că regimurile mediteraneene bogate în fibre, cereale, legume verzi, reduc în mod semnificativ riscul cancerului de sân la femei din categorii de vârstă variabile (...). Echipe ale unităţilor Inserm 63 şi 265 din Lyon au arătat că la persoane cu risc de recidivă a insuficienţei cardiace şi a suferinţei cardiovasculare, frecvenţa acestor accidente era

redusă cu 75 % la pacienţii cu o alimentaţie de tip mediteranean - reducerea acizilor graşi saturaţi şi consum mare de fructe, legume, leguminoase şi pâine”. (Pr. Henri Joyeux, op. cit., p. 209)

Cum să gătim ouăle? Sub formă de omletă bască? Fierte tari, în ***salate nigoise?*** Sau încorporate în tăiţei? ***„Mai bine fierte moi”*** zice Cayce. E o metodă franţuzească, foarte puţin răspândită peste Atlantic (cei grăbiţi să se abţină...), de aceea Cayce se vede obligat să explice reţeta bolnavilor săi:

„Mănâncă ouă fierte moi, dar numai gălbenuşul! Şi mai ales, niciodată prăjite în tigaie! Iată cum să le faci moi: când clocoteşte apa, pui oul şi-l laşi cinci minute - după ce ai luat vasul de pe foc; căci nu poate fi vorba să laşi oul să fiarbă cinci minute: ar ieşi tare”. (Lectura 711-3, făcută pentru o fetiţă de 11 ani, foarte anemică)

Trei, patru sau cinci minute pentru un ou cu zeamă? Am fost crescută în cultul clepsidrei fixate pentru trei minute. Şi apoi, mi-am dat seama că la munte, la o mie de metri altitudine şi chiar mai mult, este nevoie adesea de patru minute. Este şi o problemă de temperatură (oul ţinut sau nu în frigider) şi de coajă (groasă sau subţirică de tot, în funcţie de sănătatea găinii ouătoare...). În final, m-am întrebat dacă are importanţă latitudinea (Dunkerque sau Tamanrasset?), sau natura apei de robinet, sau vârsta bucătarului?... Iată de ce, când îmi fac ouă moi, eu determin durata cu pendulul... (Vezi ***Le Pendule, premières leçons de radiesthesie*** / *Pendulul, primele lecţii de radiestezie,* Ed. Solar, reeditare 1995, o iniţiere practică şi arhisimplă în arta de a folosi un pendul) (E singurul lucru care merge impecabil, aproape la secundă!).

Mod de folosire: puneţi apa la fiert într-un vas - niciodată din aluminiu, bineînţeles! Când apa dă în clocot, introduceţi oul cu o lingură, ca să-i puteţi da drumul uşor. Şi apoi, după trei minute, luaţi pendulul şi întrebaţi: „E gata?” Când pendulul se roteşte în sens afirmativ, e gata. Soţul meu, iniţiat de mine în radiestezie, se distrează copios şi nu ratează nici un ou moale!

Încă un bolnav tratat cu ouă moi (şi vindecat de Cayce!), un mic diabetic de 11 ani:

„Ouă moi! Oul întreg, da. Dacă e fiert moale, va fi digerat mai bine. Asta va neutraliza acizii pe care-i conţine. Trebuie să-i dai drumul în apă clocotită, să-l iei de pe foc şi să-l laşi patru minute şi jumătate. Aşa va fi bine. Adaugă pâine, dar numai pâine integrală, neagră”. (Lectura 674-1)

Eu nu zic, dacă totul merge bine, să renunţaţi la orice fir de omletă; rămâne la aprecierea personală, în funcţie de sănătatea fiecăruia.

Nu puneţi toate ouăle în aceeaşi oală!

Prost combinate cu alimente care nu le iubesc, ele creează aciditate în tubul digestiv: atenţie!

Lectura de mai jos deschide capitolul ***„amestecurilor nefaste”,*** de care Cayce a vorbit atâta. Iată ce-i recomandă unei fete tinere cu o digestie proastă:

„Oul trebuie mâncat între mese”. (Lectura 421-2)

Acelaşi lucru îl recomandă şi tibetanii (Vezi Peter Kelder, ***Les Cinq Tibétains*** / Cei cinci tibetani, Ed. Vivez Soleil, 1996). Cayce îi răspunde unui tânăr care îl întreabă.

„Aş vrea să vă rog să-mi spuneţi ce să evit în regimul alimentar şi ce să mănânc.

- Evitaţi combinaţiile alimentare care produc aciditate în sistemul digestiv. Nu e vorba de eliminarea oricărei acidităţi, ci de respectarea echilibrului dintre acizi şi baze (Vezi mai înainte capitolul consacrat acestei probleme importante)***. De exemplu, să nu amestecaţi alimente grase ca albuşul de ou cu un corp gras, ca smântâna sau untul, sau cu feculente".*** (Lectura 1710-10)

Încă un exemplu de adaptare necesară a lecturilor. Cititorii mei au văzut deja, în volumul I, că Edgar Cayce considera foarte nepotrivită combinaţia alimentară dintre citrice şi cereale; *cu excepţia* - dacă trebuie neapărat - a cerealelor integrale. Exact acest lucru se subînţelege aici. Iată o lectură mai severă, unde nu mai există *cu excepţia*:

„Dimineaţa, mâncaţi mai ales cereale SAU citrice - ***dar atenţie, nu împreună la aceeaşi masă! Şi, ca să vă echilibraţi micul dejun, adăugaţi-i ouă moi, consumând mai ales gălbenuşul. Acesta conţine resurse energetice care vor întări organismul, ajutându-l în special să lupte împotriva constipaţiei. Va fi excelent şi pentru sânge".*** (Lectura 1131-2)

Întrucât oul conţine deja mulţi corpi graşi, nu mai e nevoie de alţii sub forma suplelor felii de pâine încărcate cu unt. Îmi pare rău pentru gurmanzii...

Unei bunicuţe care suferă de eczemă şi care întreabă:

„Ouăle îmi dăunează?"

„Nu, dacă le consumaţi cu moderaţie şi fără să le adăugaţi corp gras!" (Lectura 3823-4)

Şi pâinea, cerealele, feculentele în general (tăiţeii etc.) conţin corpi graşi, care sunt uneori greu suportaţi dacă li se adaugă ulei, unt sau smântână (germenii de grâu, porumb, soia etc. sunt graşi, din ei se extrage ulei), pentru că se creează un exces de aciditate în interiorul organelor foarte complexe ale circuitului digestiv.

Totuşi, recomandările lui Cayce privind virtuţile curative ale ouălor sunt numai orientative. Cititorii se vor putea inspira din ele pentru problemele lor de sănătate. Totuşi, atenţie, în nici un caz nu e vorba de vreo prescriere absolută!

3. TREBUIE SĂ RENUNŢĂM LA PRODUSELE LACTATE?

Produsele lactate sub acuzaţie

În prezent, există un întreg curent de idei care le atribuie acestor produse răspunderea pentru „bolile civilizaţiei”. Se pare că produsele lactate introduc în organism un surplus de reziduuri, provocând o îmbâcsire cronică a diferitelor organe, în condiţiile în care proliferarea „bolilor degenerative” (cancer, reumatisme, tulburări cardiovasculare, afecţiuni nervoase, cutanate etc.) se datorează în mare parte alimentaţiei noastre, cu siguranţă că lactatele au partea lor de vină. Mai mică sau mai mare decât a altor alimente? Rămâne de văzut.

În medicină, ca în orice domeniu, o modă o detronează pe alta: pe timpul lui Molière, erau folosite sângerarea şi purgaţia; mai târziu, lumea a sărit în

capul microbilor; acum ne .temem de efectele nocive ale poluării chimice. Unele boli noi ar putea fi explicate prin folosirea armelor electromagnetice, concepute acum în laboratoare (armele Tesla)... Să credem că toate curentele medicale sunt stupide?:Ele corespund unei nevoi de moment, unei vibraţii a epocii. Bolile apar, ucid şi, până la urmă, sunt învinse şi ele - nu se ştie întotdeauna, cu exactitate, de ce.

Însă astăzi, consumatorii de produse bovine sunt ameninţaţi de un nou pericol: „De peste douăzeci de ani, concernurile agroalimentare multinaţionale au intoxicat milioane de vite, hrănindu-le cu făină de oase - carcase de animale moarte - şi provocând apariţia unor encefalopatii spongiforme la vaci: sindromul „vacii nebune”. (Din editorialul lui Michel Dogna, în Vérités Santé Pratique, nr. 14/aprilie 1998. Cum spune profesorul Jean-Claude Nouët: „Uităm complet că animalul are un program genetic bine stabilit, care-l face să fie el însuşi, cu condiţia ca mediul înconjurător să corespundă acestui program. Dacă programul nu se poate realiza pentru că mediul nu corespunde, există stres. Toate animalele de crescătorie intensivă suportă stresuri puternice, descărcări hormonale mari, ceea ce duce la o lipsă de rezistenţă la infecţii. Pentru a împiedica toate acestea, animalele sunt hipertratate cu substanţe hormonale şi antibiotice - un cocteil foarte periculos pentru consumatori.” (citat de Sylvie Simon, op. cit., p. 140) Această boală se transmite la om printr-un agent, „prionul”, care nici măcar nu este un virus; oficial, sunt contaminaţi doar cei care consumă carnea vacilor bolnave. ... Dar laptele? Civilizaţiile noastre înălţate pe şvaiţer, *roquefort*, smântână şi iaurt sunt, oare, pe cale de dispariţie din cauza acestui dezastru nou, pe care noi înşine l-am creat? E ca şi

când natura ar răzbuna bietele vaci, care trăiesc lipsite de aer, lumină, soare şi sunt obligate.- ele, cărora le place numai iarba! - să înghită rămăşiţele suratelor lor. La asta se adaugă otrăvirea cu toate deşeurile toxice din industrie (plumb, mercur etc.) şi cu pesticidele adunate în sol, apă şi aer, care se concentrează puţin câte puţin în grăsimile animale, de-a lungul anilor. Preluate de om - fără să aibă habar! - acestea paralizează mecanismele naturale de eliminare a toxinelor; şi de aici, îmbolnăvirea. În această privinţă, laptele şi derivatele sale sunt cu siguranţă la fel de poluate ca şi carnea. Cum ar putea fi altfel?

Se poate face o diferenţă între cele două tipuri de produse, carnea şi laptele, provenite de la acelaşi animal bolnav? Spre deosebire de carne, laptele nu este - teoretic - obţinut prin violenţă: nu este omorâtă vaca pentru a-i lua laptele. Dar vacile de lapte sunt crescute astăzi în condiţii atât de ruşinoase încât, în ceea ce le priveşte, putem vorbi de violenţă. Am evocat deja crescătoriile industriale, unde animalele crescute pentru carne sunt ţinute în condiţii nedemne.

Considerate „mijloace de producţie”, ţinute laolaltă în „baterii”, înghesuite în „hale”, ele suferă cumplit. Este absolut sigur că această suferinţă se transmite în trista lor carne, în bietul lor lapte. „Astăzi omul descoperă că memoria prezentă în toată materia se transmite de-a lungul întregului lanţ alimentar, la al cărui capăt se află omul”. (Dr. Bousquet, citată de Sylvie Simon, *op. cit.,* p. 150. Pentru mai multe informaţii, a se vedea revistele publicate de unele asociaţii de protecţie a animalelor, care sunt foarte bine informate: *Animaction, op.cit.; Animaux en péril*, organul asociaţiei belgiene cu acelaşi nume (*Chemin de la Praye*, 15A, 1420 Braine l’Alleud, Belgia):

Dynamique, organ al SNDA (***Société Naţionale pour la Défense des Animaux***, op. cit.), *La Lettre de Pro-Anima*, Comitetul ştiinţific pentru Promovarea Metodelor de Experienţă „in vitro” (16, rue Vezelay, 75008 Paris), Talis (citat mai sus))

Lipsa de respect faţă de Natură se plăteşte, totuşi, şi se va plăti tot mai mult! într-o bună zi, pământul nu va mai îndura egoismul omenesc. Şi din nefericire, produsele lactate ca şi carnea pe care o mâncăm sunt tot mai mult obţinute prin metode care nu ţin cont de respectul faţă de animale. Animalul speriat secretă adrenalina care se răspândeşte în carne şi lapte. Pentru consumatorul uman, această substanţă toxică, acumulată treptat de-a lungul anilor, ar fi după unele studii ştiinţifice principala cauză a îmbătrânirii şi a îmbolnăvirilor.

Colegul meu ziarist Christophe Moreau, de la „L'Action zoophile”, scrie:

„Unii cred că vacile „produc spontan” lapte, că există „vaci de lapte”, că omul face dovada generozităţii sale faţă de vacă atunci când o mulge, întrucât uşurează bietul animal (...).

Or trista realitate este că industria laptelui trebuie să furnizeze cantităţi imense de lapte ca să răspundă atâtor cerinţe umane...

Cei ce vor spune „nu-i adevărat” n-au decât să viziteze următorul Salon al Agriculturii şi să stea de vorbă cu mai mulţi crescători. (...) Vaca nu produce lapte „În mod spontan”. Ca orice mamifer, vaca trebuie să aibă un pui ca să „producă* lapte. De aceea, este inseminată cu regularitate pentru a avea un viţel, apoi acesta este înlăturat pentru comercializarea laptelui (el nu trebuie să bea laptele mamei lui, căci laptele este sursă de venit pentru crescător!) Cum este eliminat

viţelul? La câteva zile de la naştere, este despărţit de mamă şi trimis fie direct la abator, fie la crescătoriile în serie unde va îndura un lung calvar, care nu vă este necunoscut (...). Crescătorii sinceri vă pot descrie răgetele şi plânsul acestor mame neluate în seamă (...). După 5 sau 6 ani de gestaţii repetate, vaca epuizată va lua şi ea drumul abatorului (...). Să nu trecem cu vederea nici durata transportului până la abator, nici violenţele la care sunt supuse animalele la încărcare şi descărcare”. (***L’Action zoophile*** /Acţiunea zoofilă, nr. 111-112 / iunie 1995, devenit ***L’antivivisection***, publicat de Liga franceză împotriva Vivisecţiei, ziar de informare şi acţiune în serviciul tuturor cauzelor animale, care continuă lupta dusă de regretata fondatoare, Jeanne Gerdolle, sub conducerea lui Jacques Desmeules)

Autorul acestui articol face aluzie la enormele probleme ridicate la nivel european, de transportul animalelor vii... efectuat în condiţii atroce, aproape întotdeauna. Legislaţia europeană actuală le permite transportatorilor de animale să meargă timp de 24 de ore fără să le hrănească, nici chiar să le adape! Mortalitatea este crescută în rândul acestor animale atât de chinuite. Manifestaţiile britanice pentru împiedicarea plecării viţeilor din ţara lor şi ajungerea lor la Dieppe în condiţii lamentabile au fost ridiculizate de marea presă. Dar Parlamentul european a fost mişcat, în cele din urmă, de această situaţie şi propune o nouă reglementare pentru a scurta transportul. Marea Britanie, care numără în prezent 40% vegetarieni (faţă de 8% din populaţia anului 1945!) se află în fruntea acestei lupte, înţelegând că o carne obţinută în asemenea condiţii de stres nu poate avea nici o valoare pentru consumator. Bineînţeles că

laptele vacilor transportate astfel nu este cu nimic mai sănătos. Ziarele noastre i-au făcut pe englezi „sensibiloşi” - de fapt, ei sunt mai conştienţi decât noi de toxicitatea cărnii de crescătorie (după ce au avut întâietate cu „vaca nebună”!).

Aşa se face că laptele şi derivatele sale au ajuns la ora actuală alimente suspecte. Mulţi medici încep să creadă, de pildă, că a consuma şi carne, şi brânză la aceeaşi masă este o erezie: se adună astfel prea multe otrăvuri deodată.

În ceea ce mă priveşte, deşi sunt cu totul de acord să renunţăm la carne, mărturisesc că încă îmi plac brânzeturile şi produsele lactate! Unii dintre prietenii mei au renunţat şi la acestea şi spun că se simt mai bine: îi cred pe deplin. Însă nu este întotdeauna uşor să renunţi complet la unt, smântână, *roquefort* sau iaurt... Neajunsurile sunt limitate în mod cert dacă vom cumpăra direct de la adevăraţii producători „bio” (despre care am vorbit mai devreme). Dar să nu ne amăgim: „bio” pur, complet nepoluat, nu există nicăieri pe planetă. Chiar şi urşii albi de la Polul Nord sunt plini de pesticide, iar laptele lor la fel! Premergător în toate, Edgar Cayce îşi avertizase deja bolnavii asupra pericolelor nebănuite ale lactatelor.

Acest capitol prezintă lecturi despre produsele lactate recomandate - sau nerecomandate - în diverse cazuri de boli, pe care el le-a tratat.

Lapte fiert sau nefiert?

Din punct de vedere dietetic, să facem o distincţie netă între lapte şi produse lactate: gradul de toleranţă

sau intoleranţă digestivă variază enorm de la un produs la altul şi de la un bolnav la altul.

Pe vremea lui Cayce (de la începutul secolului până în 1945), laptele crud, nepasteurizat, dacă provenea de la vaci bolnave, putea să transmită o serie întreagă de microbi periculoşi celor care îl consumau fără să-l fiarbă. Cayce vorbeşte de acest lucru, dar noi l-am uitat, pentru că astăzi laptele este pasteurizat, sterilizat, tratat cu ultraviolete, iradiat, omogenizat, degresat, îmbogăţit etc Cât despre laptele care se vinde astăzi în Franţa sub denumirea de „lapte crud”, el face totuşi obiectul unor controale sanitare vizând flora microbiană, dar nu neapărat şi „prionii”..., nici moleculele unor substanţe chimice toxice.

Laptele este, în general, colectat în cooperative, unde este supus acestor tratamente industriale menite să-l igienizeze şi să-l conserve - însă, pe drum, îşi pierde gustul (şi o mare parte din calităţi). Chiar într-o ţară cu păşuni ca Elveţia, laptele obişnuit nu mai e decât o zeamă albă, fără gust şi miros. Dacă vrei să regăseşti ceva din gustul laptelui de „altădată”, trebuie să ceri „lapte de lăptărie”, adică o idee mai puţin tratat - dar aroma laptelui abia ieşit din uger, cald încă, ţine de grajdul din poveşti... Pe scurt, biata vacă nu mai este ce-a fost - şi nici laptele!

Astfel s-a ajuns astăzi ca multe persoane să nu mai suporte laptele de vacă, nici crud, nici fiert. Mai uşor de digerat sunt varietăţile de lapte fermentat: laptele bătut, chefirul, iaurtul etc. Cayce le acordă destul de mult spaţiu în recomandările sale.

Cât despre laptele condensat, concentrat (îndulcit sau nu), acesta este „mort”: mai uşor de digerat uneori, poate constitui un aport de calciu indispensabil. Dar valoarea energetică este slabă în comparaţie cu

laptele crud (îi lipsesc în special vitaminele). Şi apoi nu ştii ce conţine: este supraîncărcat cu aditivi (edulcoranţi, de exemplu, despre care ştim că sunt foarte toxici).

Iată o serie de lecturi ale lui Cayce, care trebuie privite în contextul anilor '30:

„Să consum lapte la aceeaşi masă cu legumele crude?

- Da, pute consuma. Dar de preferat, nu lapte crud. Alegeţi mai degrabă lapte încălzit suficient ca să precipite cazeina, pe care o digeraţi greu". (Lectura 1158-1)

Unui bolnav slăbit din cauza paludismului:

„Pentru dumneavoastră, tot laptele trebuie încălzit, fiert sau sterilizat". (Lectura 4281-12)

Laptele proaspăt: medicament sau otravă?

Cayce considera adeseori că laptele provenit de la vaci sănătoase este un medicament pentru bolnavii săi, mai ales pentru tuberculoşi:

„Daţi-i orice fel de lapte proaspăt şi oricât. Dar nu înainte de a vă asigura că animalului i s-a făcut controlul sanitar". (Lectura 1324-1, din 1937)

„De îndată ce se face vreme bună, ieşiţi la iarbă verde, la aer curat, lângă apele curgătoare şi profitaţi de straşnicele alimente naturale. Nu uitaţi să beţi mult lapte proaspăt, integral (de la vaci cărora li s-a făcut controlul sanitar) (...). Trebuie să fie lapte crud, integral, cald încă, atunci când este muls de la vacă, înţelegeţi?" (Lectura 5053- 1)

„Atenţie la calciu, să nu vă lipsească: aveţi nevoie de el pentru oase şi pentru ţesutul muscular! Veţi găsi cea mai mare parte din necesarul dumneavoastră, în laptele crud!” (Lectura 540-7)

Laptele este aşadar un medicament excelent... pentru unii. Altora, le este interzis temporar sau recomandat numai în cantităţi foarte mici. În fine, sunt oameni (din ce în ce mai mulţi, după cum vom vedea în continuare) pentru care laptele este otravă curată.

„Trebuie să beau lapte?

- ***Dumneavoastră vă trebuie lapte, dar puţin, nu mult, până când veţi scădea în greutate”.*** (Lectura 2988-1, pentru un obez)

În alt caz, Cayce îi recomandă unei gravide tinere să bea lapte în cantităţi mici şi foarte încet:

„Înghiţiţi prea în grabă mâncarea şi lichidele, acest lucru vă produce mai multe răceli decât orice altă greşeală alimentară! Chiar şi laptele trebuie consumat cu înghiţituri mici şi, ca să spun aşa, „mestecat”, de două-trei ori înainte de a ajunge în stomac. Astfel, laptele se va impregna cu sucurile gastrice ca să poată fi apoi digerat de duoden”. (Lectura 508-3)

Sunt situaţii în care Cayce interzice categoric laptele: ca să le dăm satisfacţie detractorilor actuali ai acestui aliment, iată un bolnav care nu-l suportă deloc:

„Trebuie să beau lapte?

- ***Ar fi mai bine pentru dumneavoastră să nu beţi laptele ca atare. Mai degrabă feluri de mâncare pregătite cu lapte”. (***Lectura 5647-1)

Diferiţii medici care m-au îngrijit când locuiam în Elveţia îmi interziseseră laptele, lucru care m-a uimit grozav într-o ţară unde laptele constituie totuşi

mândria naţională. Şi Dr. Gerard Metrailler din Chapelle-sous-Oron, şi Dr. Daouk din Lausanne, şi Dr Gerard Pilloud din Fays, în Jura, au fost cu toţii extrem de rezervaţi în privinţa binefacerilor şvaiţerului sau „*séré*”.

Am vrut să ştiu de ce. Şi, căutând în publicaţiiile ştiinţifice recente, am găsit o carte scrisă de un medic pe care l-am citat deja, Dr. Raphael Nogier. Teoria sa este următoarea:

„Datorită unei serii întregi de argumente rezultate din practica mea de medic, din călătorii şi colaborări, ajung să consider cancerul de sân ca fiind, în parte, datorat unui consum excesiv de lactate, lapte, brânză, iaurt, smântână”. (Dr. Raphaël Nogier, ***Ce lait qui ménace les femmes*** / *Laptele care ameninţă femeile*, Ed. du Rocher, p. 28)

Sprijinindu-se pe un număr foarte mare de statistici comparate, el arată că sunt mai puţine cancere de sân în ţările unde nu se consumă lactate, cum ar fi China, Mali, Gambia...

„Unele popoare practic nu consumă lapte. Am avut ocazia să merg în India şi Nepal, în 1984, ca să fac turul Annapurnei. În cursul acestor peregrinări de o lună, turistul trebuie să mănânce la localnici. Am fost peste măsură de mirat să constat cât de săracă în lactate era alimentaţia lor. Nepalezul consumă rar, poate o dată la o săptămână, unt de iac. (...) Şi totuşi nepalezii sunt oameni puternici şi rezistenţi: dacă mergi prin zona dintre Nepal şi Tibet, vei întâlni faimoşii şerpaşi care duc în spate, cu ajutorul unei chingi prinse în faţă, greutăţi care pot ajunge la 80 de kg. Aceşti şerpaşi pot să meargă 10 ore pe zi şi să-şi care povara până la o altitudine de 4000 de metri, fără să păţească nimic”.

Şi autorul mai spune despre ei că sunt, practic, vegetarieni!

Ţările cele mai afectate de cancerul de sân sunt marile consumatoare de lactate... Statele Unite, Canada, Franţa, Italia, Elveţia, Suedia, Marea Britanie, Australia, Noua Zeelandă. Autorul şi-a pus şi alte întrebări:

„Cancerul are legătură cu rasa? Cu clima? Cu geografia? Cu ereditatea? Cu urbanizarea? Toate statisticile arată că mai ales tradiţia alimentară impune diferenţa. În Statele Unite, incidenţa cancerului de sân diferă de la o etnie la alta. În districtul Los Angeles, cele mai afectate sunt femeile albe - 85,5% cancere de sân la 100.000 de femei/an; apoi femeile negre (73,1), japonezele, care preiau imediat obiceiurile alimentare americane (72,7), apoi albele de origine spaniolă şi filipinezele (52), chinezoaicele (48,7) şi, la urmă, coreencele (16,9) (...). Japonezele care trăiesc în Japonia cunosc o incidenţă foarte mică (între 17 şi 25) a cancerului de sân. Când însă se mută în Statele Unite, la Los Angeles, procentul ajunge la 73 (...)”.

Şi Dr. Raphael Nogier oferă o explicaţie culturală:

„Unele popoare trăiesc izolate în străinătate. Chinezii constituie un astfel de exemplu frapant. Deci ei îşi păstrează parţial obiceiurile (alimentare) din ţara natală (...). Nu este cazul japonezilor, care (...) adoptă foarte repede stilul ţării în care emigrează. Astfel, la Los Angeles, japonezele sunt supuse unui risc de două ori mai mare de a face un cancer de sân, faţă de chinezoaice (de aceeaşi rasă, totuşi), în timp ce în ţările lor de baştină, incidenţa acestei boli este aproape aceeaşi”.

Toate acestea, la urma urmei, sunt logice.

„Aşa cum ştim, consumul de carne este într-o relaţie semnificativă cu frecvenţa cancerului de colon şi de rect. Contrar unei idei preconcepute, carnea (chiar dacă e „slabă”) este foarte bogată în grăsimi (…). Iar civilizaţia noastră occidentală vehiculează multe idei preconcepute şi în special aceea conform căreia carnea conferă o forţă deosebită”.

Am văzut mai înainte cazul şerpaşilor vegetarieni. Am putea, de asemenea, să-i amintim pe japonezii din Japonia, care au pus întotdeauna peştele la loc de cinste. Or laptele este şi el un produs animalier foarte bogat în grăsimi: nu-i de mirare că prezintă aceleaşi inconveniente ca şi carnea.

Dr. Nogier compară consumul de lactate din două arhipelaguri cu climă similară: insulele Hawai (americane) şi Martinica (franceză): „în Hawai, se distribuie în şcoli pahare cu lapte şi, datorită climei, fiecare familie consumă zilnic una sau două îngheţate pe bază de lapte. Consumul de produse lactate este extrem de mare aici”. În schimb, „locuitorii din Martinica, prin tradiţie, consumă foarte puţine lactate. În plus, aici preţurile lactatelor sunt prohibitive. Martinicanii mănâncă foarte puţine îngheţate pe bază de lapte, însă ţin mult la şerbeturile de fructe. Consumul de brânză este aici de 20 de ori mai mic decât în Franţa”. (1) Rezultatul: de trei ori mai puţine cancere de sân în Martinica decât în Hawai (28,2 faţă de 100)!

Dr. Nogier răspunde deopotrivă criticii aduse ideilor la modă, conform cărora femeile în vârstă pot evita osteoporoza (şi fractura de col femural) prin consumarea multor lactate. Se pare că şi în acest caz statisticile spun altceva!

Iată de ce Cayce, depăşindu-şi cu mult epoca, încercase să scoată laptele din mintea multor bolnavi. Interzicerea lactatelor în contextul american al epocii sale ar fi fost dificilă, chiar imposibilă. De aceea, el le recomanda celor ce-l consultau să-şi limiteze consumul de lactate şi, uneori, chiar să consume lapte praf în loc de lapte crud.

Laptele conservat (lapte praf, lapte condensat etc.)

Unor adulţi cu lipsă de calciu, Cayce le recomandase să prefere laptele praf sau concentrat, dacă doreau să consume acest aliment:

„Laptele îmi face bine?

- ***Nu prea bine, sub forma sa obişnuită. Aţi face mai bine să consumaţi lapte tratat prin evaporare; de pildă, Nestle".*** (Lectura 2843-44, din 1943, pentru o femeie care suferea de anemie)

La ora actuală, există multe şi excelente feluri de lapte praf (pentru sugari), în farmacii şi pe piaţă. În măsura în care sunt degresate, cea mai mare parte a reziduurilor de pesticide se înlătură teoretic, odată cu grăsimea. Dar... ne întoarcem la problema bine cunoscută a poluării generalizate, de care nu scapă nimeni, nici măcar vacile de la Appenzell, nici firma eleveţiană citată mai sus! Pe de altă parte, să nu uităm că nici Nestle nu mai este ce era pe vremea lui Cayce!

„În loc de lapte crud, ar trebui să consumaţi lapte praf, fie că-l beţi sau îl folosiţi la pregătirea unor mâncăruri. Căci laptele crud, direct de la animal, nu este atât de bun pentru dumneavoastră ca laptele sterilizat şi uscat, care o ***să vă ajute să vă însănătoşiţi".*** (Lectura 1023-1)

„În toiul dimineţii, la ora nouă şi jumătate sau zece, ar trebui să consumaţi lapte praf cu un ou - bătând gălbenuşul (sau chiar oul întreg) cu lapte". (Tonic recomandat unui adult, în 1932. Lectura 428-7)

„Pot să introduc lapte şi produse lactate în regimul meu?

- ***Da, le puteţi adăuga treptat. Totuşi, organismul dumneavoastră va suporta mai bine laptele praf decât pe cel crud. Astăzi, mulţi oameni fac lesne din lapte, o obsesie, deşi sunt atâtea alte produse mai bune pentru sănătate! Foarte puţine varietăţi de lapte, astăzi, sunt lipsite de bacilii tuberculozei, foarte puţine sunt destul de sănătoase ca să nu irite tubul digestiv. În schimb, dacă folosiţi un lapte pasteurizat sau praf, aflaţi că este cel puţin la fel de bun pentru majoritatea oamenilor ca şi laptele crud".*** (Lectura 480-42)

Această lectură, făcută în 1937, arată că pe atunci, în Statele Unite (şi în întreaga lume), starea sanitară a vacilor punea probleme serioase. Vedem aici un Cayce care nu este câtuşi de puţin fanatic în privinţa consumării laptelui, care preferă laptele praf de atunci (destul de artizanal încă) în locul laptelui crud, adevărat mediu de cultură unde forfotesc bacili de toate genurile.

Nu sunt sigură că numeroasele lecturi cayciene despre lapte mai sunt valabile acum, într-atât s-a schimbat natura acestui produs. Ele erau valabile acum cincizeci-şaizeci de ani şi într-o ţară care, aşa cum am spus mai devreme, n-a strălucit niciodată prin calitatea produselor agricole - dar poluarea chimică nu era încă foarte răspândită.

Mai este şi problema sugarilor care nu pot fi alăptaţi de mamă. Acestora li se dă lapte praf pentru că n-ar tolera laptele de vacă crud.

Iată cazul unei fetiţe de 20 de zile, care se născuse în iunie şi nu suporta canicula din iulie. Colac peste pupăză, nici nu digera bine laptele mamei:

„Pe lângă efectele căldurii, mai sunt problemele digestive datorate faptului că laptele dumneavoastră conţine prea multă cazeină şi corpi graşi, şi prea puţine elemente digeste pentru fetiţă.

De aici se trag aceste tulburări digestive, agravate de vremea caldă, care provoacă violente erupţii cutanate pe corp; starea ei riscă să se agraveze dacă nu-i schimbaţi alimentaţia; faceţi-i purgaţie, curăţaţi-i căile digestive ca să elimine excesul de deşeuri. Deci vom schimba laptele; nu-i mai daţi lapte de sân, ci lapte praf, care este mai uşor de digerat” (şi Cayce indică o marcă locală de lapte pentru sugari). (Lectura 1635-1, făcută în 1938)

„Regimul acestui copil ar trebui să cuprindă mult lapte. Însă atenţie: mai bine lapte praf decât lapte de vacă. Se va vedea în funcţie de evoluţia bolii, însă laptele praf poate ajuta la restabilirea echilibrului, liniştind tulburările sistemului digestiv”. (Lectura 608-5, din 1937, pentru un sugar de doi ani, care suferea de iritarea colonului.)

Reabilitarea capriţei

„Veţi putea consuma lapte de capră sau de iapă, în cantităţi mici, dacă-l suportaţi.

Organismul dumneavoastră îl poate asimila, cu condiţia să fie în doze mici. Dacă mâncaţi prea mult, nu se va digerai” (Lectura 5714-2)

Cei care suferă de o intoleranţă la lactatele obişnuite (fabricate din lapte de vacă) pot încerca să treacă la laptele de capră - găsiţi pretutindeni excelente iaurturi şi brânzeturi din acest lapte. Dincolo de faptul că diferă, prin compoziţie, de laptele de vacă, laptele de capră este şi mai puţin poluat: nu s-a reuşit încă să se înregimenteze caprele în crescătorii pe bandă! Crescătoriile franceze sunt încă relativ tradiţionale, multe dintre ele sunt „bio” cu adevărat.

Am găsit în Virginia Beach o cooperativă de agricultori şi crescători „biodynamic”, de unde cumpăram un lapte de capră destul de bun. Era o prăvălie ţinută de nişte *hippy* bărboşi şi atât de pătrunşi de misiunea lor ecologică încât se credeau Sfinţii Vremurilor de Apoi. Nu ştiu ce părere aveau căpriţele lor despre Apocalipsă, dar o să vă prezint câteva din lecturile lui Cayce despre acest tip de lapte:

„Ce cantitate de lapte trebuie să-i dăm zilnic, acestui bolnav?”

„Laptele de capră sau de iapă ar fi mai bun. Şi dacă n-o să găsiţi, ar fi de preferat laptele praf. (...) Ar fi mult mai bun decât laptele crud (...), care nu este bun pentru această boală”. (Lectura 4320-3, din 1931, pentru un tânăr de 20 de ani, extrem de slăbit.)

„În ceea ce priveşte laptele, organismul dumneavoastră nu-l suportă bine întotdeauna; vă produce fermentaţie în sistemul digestiv şi face rău. Aceste inconveniente pot fi atenuate dacă mâncaţi lapte de capră - uneori, dimineaţa,

la micul dejun, cu cereale". (Lectura 5545-1, pentru cineva care suferă de ulcer gastric).

„Beţi mult lapte, de fiecare dată, dacă puteţi! La început, laptele de capră va fi nemaipomenit de bun pentru acest organism". (Lectura 3687-1, din 1944, pentru o tânără de 24 de ani, tuberculoasă)

Lapte fermentat (iaurt, lapte bătut, kefir)

De data aceasta, Cayce este liric. Iaurtul îi place! Aşadar, tot înainte, cu voie bună! Bineînţeles că este vorba de iaurtul din lapte de vacă, însă cum în toate pieţele din Franţa, Belgia şi Elveţia se găseşte iaurt de oaie, puteţi adopta recomandarea următoare:

„Vă sfătuim să vă procuraţi iaurt în cel mai scurt timp. Acesta va împiedica acţiunea bacililor din colon. Ei proliferează în materiile care stagnează în intestinul dumneavoastră, în loc să circule!" (Lectura 1045-5)

Cayce face această recomandare unei tinere bolnave de tuberculoză, întrucât el consideră (şi va reveni des asupra acestui aspect!) că blocajele intestinale stau la originea celor mai multe îmbolnăviri. Pentru el, toxinele acumulate în intestine trec apoi în sânge şi reintră în circulaţia sanguină. Aceste deşeuri otrăvesc aşadar tot organismul, în loc să fie evacuate.

El îşi avertizează bolnavii neîncetat asupra constipaţiei: ***„Urmăriţi evacuarea deşeurilor",*** repetă el mereu Un intestin leneş, lipsa de tonus a unui colon obosit slăbesc organismul, care nu se mai poate apăra de diverşii viruşi şi microbi.

Aici este vorba de bacilul Koch, agentul tuberculozei. Primul pas spre vindecare este curăţarea

tubului digestiv. Iaurtul, obţinut din lapte cu „ferment bulgăresc”, pare din acest punct de vedere medicamentul-minune:

„Iaurtul, dacă este bine pregătit, poate permite intestinului să absoarbă mai bine substanţele nutritive. Şi, în aceste condiţii de inactivitate generală (bolnava este, probabil, ţintuită la pat), ***el poate restabili coordonarea dintre funcţiile ficatului, splinei, pancreasului, plămânilor, rinichilor. Din cauza acestei tulburări sunteţi bolnavă”.*** (Lectura 1045-9, făcută ceva mai târziu, în 1936, pentru aceeaşi pacientă)

„Ar trebui să consumaţi iaurt, măcar în următoarele patru-cinci săptămâni, căci este un antiseptic intestinal. Şi să o faceţi cu regularitate”. (Lectura 3154-1)

Alt caz, în 1922:

„Mâncaţi iaurt, de trei ori pe zi”. (Lectura 5703-1)

Bineînţeles, tuberculoza face astăzi cu mult mai puţine victime: se cunoaşte medicamentul care o combate eficient. De atunci însă, au apărut alte boli: cancere, sida, reumatisme, afecţiuni respiratorii şi cardiace etc.. Marele public crede că acestea se deosebesc foarte mult între ele; or Cayce afirmă, dimpotrivă, că au toate aceeaşi cauză iniţială: îmbâcsirea organismului cu deşeuri toxice care, treptat, îl otrăvesc. Cayce nu este singurul care susţine acest lucru, iar medicina actuală îi dă dreptate.

Primul lucru care trebuie avut în vedere pentru păstrarea sănătăţii este, deci, combaterea constipaţiei şi a tulburărilor intestinale, Iată câteva cazuri care justifică tratamentul cu iaurt:

„Eu zic să mâncaţi, între prânz şi cină, un iaurt fermentat. De pildă, lapte bătut sau iaurt, da?” (Lectura 1186-3)

„Puteţi mânca lapte, dar de preferinţă lapte bătut sau chiar iaurt cu ferment de tip bulgăresc. Vă face foarte bine”. (Lectura 91-2)

„Ar trebui să ***puteţi bea lapte proaspăt muls, când este cald încă, de la vacă! Sau, dacă nu aveţi cum, lapte fermentat de tip bulgăresc”.*** (Lectura 81-2)

Şi acum, cineva care suferă de colită şi îl întreabă pe Cayce:

„Îmi recomandaţi brânza?

- ***Nu e grozavă pentru dumneavoastră (...), decât dacă e proaspătă (...). Ar fi mai bine să consumaţi iaurt sau alte tipuri de lapte fermentat care, de fapt, nu sunt altceva decât materia primă pentru brânză! Aşa ar fi mult mai bine pentru problemele intestinale de care suferiţi.***

- *Aşteptând să mă vindec, ce pot face când am migrenă?*

- ***A, dacă urmaţi recomandarea de mai sus, aproape că nu veţi mai avea migrene! Ele sunt provocate tocmai de această presiune exercitată asupra colonului”.*** (Lectura 846-1)

Iată câteva recomandări complementare, care vă îmbie să vă preparaţi propriul iaurt - nu e aşa de greu; se găsesc „iaurtărese” (Jucându-se permanent cu cuvintele, aşa cum ne-a obişnuit încă de la primul volum, autoarea foloseşte yaourtières (=iaurtărese) prin analogie cu couturières (=croitorese) şi, de aici, ajunge să vorbească de „confecţionarea” iaurtului! (N.tr.)) care uşurează ...confecţionarea!

„Cum trebuie pregătit iaurtul pentru această boală?

- Iaurtul se pregăteşte făcând un lapte prins, care apoi, trecând în circuitele sistemului digestiv, ajută la eliminarea deşeurilor. Deci lăsaţi laptele să se prindă şi consumaţi-l în cantităţi foarte mici (...). În iaurt, cazeina din lapte - care poate fi indigestă în stare proaspătă - este transformată astfel încât ajută tranzitul intestinal”. (Lectura 1045-8)

„Insistăm să introduceţi iaurtul în regimul dumneavoastră, căci este un curățitor foarte activ al colonului şi, de altfel, al tuturor intestinelor. Acesta nu numai că o să vă purifice tubul digestiv, dar o să vă aducă şi energia necesară refacerii forţelor vitale. Astfel veţi ajunge treptat la o funcţionare normală.

Acesta o să vă permită, de asemenea, să vă curăţaţi sistemul circulator şi o să vă dea putere ca să rezistaţi la agenţii infecţioşi care vă perturbă circulaţia sanguină, plămânii, sistemul locomotor; acesta o să vă fortifice şi sistemul nervos epuizat”. (Lectura 1542-1)

A cam încurcat-o bolnava de mai sus: o biată bărcuţă în care intră apă din toate părţile! Cayce începe tratamentul cu o cură de iaurt, fără să se descurajeze.

Cucerită de optimismul lui Cayce, mă voi duce mâine dimineaţă să cumpăr iaurt de oaie la piaţa bio din bulevardul Raspail (Paris); sau la cea din Issy-les-Moulineaux, miercurea după-amiaza. Acolo mă întâlnesc cu toţi prietenii cumsecade pe care i-am cunoscut cândva la primele saloane „Marjolaine”: nişte flăcăi foarte, foarte curajoşi, care se luptă cu vânturile

şi valurile de ani de zile, ca să-şi impună excelentele produse. Şi, contrar zvonurilor, ei nu vând mai scump ca alţii, ba chiar mai ieftin... pentru că adesea nu există intermediar: producătorul îi vinde direct consumatorului! Aşadar mâine, voi aduce bidoane cu iaurt din lapte bio (de oi), preparat de inşi care-şi lasă oile să pască în Natură. Aceşti producători nu pun în produsele lor nici arome artificiale, nici aditivi de vreun fel, nici coloranţi; ceea ce se simte imediat, din gust. Să mai vedem câteva lecturi.

„Asemenea acumulări de toxine impun luarea unor măsuri eficiente. Dacă nu, efectul lor asupra sistemului nervos se va repercuta asupra tuturor activităţilor organismului. Organismul se anemiază; nu mai poate asimila hrana şi va refuza majoritatea alimentelor.

Toate acestea vin dintr-un gen de depresie nervoasă, care perturbă funcţiile digestive, astfel că stomacul nu mai funcţionează; nu e paralizat, da” nu mai merge cum trebuie şi se produc fermentaţii nedorite. Rezultă o cantitate de gaze în duoden şi în partea superioară a jejunului; intestinele fac gălăgie şi toate acestea tulbură serios organismul; iată de ce sunteţi aşa de obosită, atât de slăbită - mai ales după menstruaţie; iată de ce aveţi dureri de cap, şi chiar greaţă. Ce harababură!

Deci, ca să căpătaţi putere şi să vă refaceţi sănătatea treptat: iaurt!” (Lectura 5210-1, pentru o femeie de 22 de ani)

Să trecem la alt tip de lapte fermentat recomandat de Cayce, laptele bătut sau „buttermilk” (engl.).

„Laptele bătut îmi face bine?

- Depinde de modul cum este preparat. Cel care se găseşte în mod obişnuit o să vă producă gaze intestinale. Dar laptele fermentat de tip bulgăresc e bun - cu moderaţie. Nu mâncaţi prea mult”. (Lectura 404-6

„Laptele bătut şi alte tipuri de lapte [fermentat] ***ca laptele bulgăresc vor fi excelente pentru a ajuta, la dumneavoastră, flora intestinală, care va uşura activitatea sistemului digestiv.***

„Laptele pasteurizat îmi face bine? Ce credeţi despre buttermilk *preparat din lapte pasteurizat?”*

- Laptele crud ar fi, desigur, mai bun pentru dumneavoastră. Dar laptelui pasteurizat ar trebui să i se mai adauge ceva care să stimuleze sucurile gastrice, ţinând cont de tulburările pe care le aveţi în sistemul digestiv! Iată de ce laptele fermentat cu ferment „bulgăresc” o să vă dea forţele vitale necesare pentru stimularea sucurilor gastrice din stomac!” (Lectura 404-2)

„Toate felurile de iaurt şi de ferment sunt bune pentru dumneavoastră. Fireşte, va trebui să consumaţi şi lapte bătut. Toate acestea conţin elemente care vă vor elimina germenii infectioşi din sistemul intestinal!” (Lectura 538-57)

„Regimul dumneavoastră trebuie schimbat des, astfel incit să permită sistemului digestiv să asimileze alimentele. Consumaţi lapte bătut cit de mult puteţi: întotdeauna o să vă facă bine!” (Lectura 67-1, pentru o persoană obosită)

„Variaţi meniurile de seară; din când în când, beţi un pahar şi jumătate de lapte bătut (atenţie să nu fie prea vechi). Adăugaţi pâine

integrală". (Lectura 1419-5, pentru un organism dărâmat de tot)

Laptele bătut se poate face foarte bine acasă: eu am asigurat necesarul familiei noastre ani de-a rândul! Trebuie să vă procuraţi ferment (care seamănă cu o ciupercă albă, mare), să-l puneţi pe fundul unui borcan (sau o damigeană de sticlă ca acelea folosite pentru oţet), cu 1-2 litri de lapte... Şi apoi. laptele bătut se face singur!

Se adaugă din când în când lapte dulce, aşteptând să fermenteze. Cayce are dreptate: când este încă proaspăt, şi deci abia fermentat, laptele bătut are un gust picant extrem de tonic şi potoleşte setea. Însă dacă este lăsat să se învechească, adică să fermenteze prea mult fără să se mai adauge lapte dulce, se alcoolizează şi devine mult mai puţin plăcut - şi mai puţin digest.

Şi în cazul laptelui bătut ne confruntăm cu aceeaşi problemă ca la creşterea animalelor domestice: este hrănit, supravegheat, consumat - şi vrea să fie iubit... Orice absenţă prelungită este resimţită ca un abandon, adică o catastrofă!

Într-o zi, la întoarcerea dintr-o vacanţă de zece zile, am constatat că ciuperca mea devenise uriaşă (devorase tot laptele!) - dar mulţumesc lui Dumnezeu că era încă vie. Atunci am reuşit să o salvez hrănind-o iar cu lapte dulce şi vorbindu-i frumos. Şi am luat-o încă o dată de la capăt, eu şi ea.

Până la următoarea vacanţă - cea mare, din păcate! Nu prea ştiam ce să fac cu ea cât lipseam, aşa că mi-am încredinţat slujbaşul unei vecine, cu o sumedenie de recomandări. Ce păcat!... Deloc „bio", ea n-a înţeles că era păstrătoarea unui lucru de preţ. A plecat şi ea în vacanţă, pe neaşteptate şi ceva mai

mult timp. La întoarcere, ciuperca murise: era uscată, irecuperabilă. Iar eu, făcând pregătiri de mutare, cu cei trei copii, nu-mi vedeam capul de treabă şi n-am avut timp, nici curaj să mai caut această pasăre rară; de atunci cumpăr lapte bătut de la lăptărie bio, regretând vremurile când îl preparam eu însămi, fără nici o greutate, datorită unei ciuperci cumsecade!

Iată un caz de obezitate, când Cayce precizează:

„Lapte bătut, uneori. Însă atenţie, să nu-l consumaţi cu prea multe legume”. (Lectura 2096-1)

În Bretagne, mâncam laptele bătut cu turte de hrişcă - cereală integrală (şi bio, cândva!). Aici, pentru un ulcer duodenal şi o apendicită, e ca în tradiţia bretonă:

„Mai bine. mâncaţi lapte bătut, dumicat cu bucăţele de pâine sau mămăligă (de grâu sau porumb integral)”. (Lectura 481-4)

Sau:

„La cină, mănâncă şi lapte bătut, dacă e proaspăt, sau lapte fermentat bulgăresc. Va fi excelent!” (Lectura 5682-2, pentru o fetiţă care făcea crize de astm.)

Iată o altă recomandare, pentru un diabetic:

„Să mâncaţi mult lapte bătut în timpul meselor, zilnic, da? De preferinţă, lapte bătut proaspăt; acesta conţine elemente care vor fi utile sistemului intestinal, în starea de sănătate în care vă aflaţi”. (Lectura 2040-1)

În schimb, în acest caz de artrită, bolnavul nu trebuie să mănânce laptele bătut cu clătite dantelate:

„Puţin lapte bătut din când în când, între mese - ***dar nu la masă!”*** (Lectura 932-1)

În încheiere, este interesant să ştim că în caz de cancer, laptele bătut poate contribui la întremarea generală a organismului:

„Mai ales, nu cantităţi mari de carne! în schimb, beţi mai mult lapte bătut!” (Lectura 1967-1)

Tuturor bolnavilor atinşi de cancer, Cayce le va face întotdeauna această recomandare: înlocuiţi carnea cu lapte fermentat. Fetişismul cărnii ne ucide, după cum aflăm de la Dr. Kousmine:

„Alimentaţia spartană a soldaţilor greci era alcătuită în special din smochine, nuci, pâine de orz şi brânză. Această alimentaţie a dus la o remarcabilă rezistenţă fizică şi capacitate de efort. Grecii au câştigat războaie, s-au îmbogăţit şi au început să consume multă carne. Soldaţii au devenit mai puţin rezistenţi şi au fost învinşi de romani, care mâncau, în vremea aceea, pâine de orz, mei, linte şi ulei. Apoi romanii au urmat aceeaşi evoluţie, şi-au pierdut puterea şi au fost învinşi de barbari”. (Dr. Kousmine, ***Soyez bien dans votre assiette jusqu'à 80 ans et plus*** / *Luaţi-vă sănătatea din farfurie, până la 80 de ani şi peste*, op. cit.)

Emoţionant rezumat al istoriei privite prin prisma alimentaţiei. Dacă civilizaţiile Europei de sud consumau în mod tradiţional mai mult brânză de capră şi de oaie decât carne, există însă altele care nu se ating de lactate:

„Ţăranii japonezi de pe continent sunt în principal vegetarieni. Ei nu mănâncă peşte decât o dată sau de două ori pe lună. Nu au produse lactate, dar le înlocuiesc cu soia. Acestei alimentaţii îi corespunde o capacitate de efort muscular necunoscută nouă. Astfel, culii japonezi pot lesne să străbată, alergând, 40 de

kilometri pe zi, timp de trei săptămâni la rând, hrănindu-se cu orez, arpacaş pisat, cartofi, castane şi rădăcini, în timpul unui astfel de efort, ei evită carnea, care îi face - zic ei - mai puţin sprinteni. Unii culi pot alerga 110 km în 14 ore şi jumătate!”

Un străin care n-a fost încă naturalizat: laptele de soia

Inspirându-se după modelul oriental, unii nutriţionişti ne propun să înlocuim laptele animal cu lapte de soia. Nu sunt sigură că ideea e pe atât de genială pe cât o consideră unii. Mai întâi pentru că noi nu suntem orientali, iar soia nu este (sau nu încă pe deplin) o plantă de la noi. Or Cayce ne sfătuieşte întotdeauna să ne hrănim cu ceea ce creşte pe pământul unde trăim. În al doilea rând, pentru că la ora actuală, toate atuurile naturale (vitamine, oligoelemente...) ale acestei plante sunt distruse în cursul cultivării, prelucrării şi comercializării, ca în orice cultură industrială. În plus, chiar şi în cele mai bune condiţii, ***„laptele de soia nu este bun pentru oricine; dacă nu-i asimilat, poate provoca reacţii digestive cu urmări asupra sistemului cardiac”*** spune Cayce (Lectura 1206-6). Iar într-o lectură ulterioară, făcută pentru o fată de 14 ani, Cayce insistă:

„Laptele de soia sau produsele din soia ar fi foarte bune pentru acest organism. Dar nu vă aşteptaţi la minuni!” (Lectura 1206-11)

Or majoritatea lecturilor în care se recomandă lapte de soia vizează copii, nu adulţi:

„Dimineaţa, mai bine lapte de soia” (Lectura 2153-2, pentru o fetiţă de 12 ani, bolnavă de epilepsie)

„Trebuie lapte de soia în locul laptelui de vacă ?

- Pentru acest organism, ar fi foarte bun”. (Lectura 1188-6, pentru un băieţel de 8 ani)

N-am găsit decât o singură lectură pentru un adult:

„Bolnava ar trebui să bea lapte de soia?

- ***Depinde mult de activităţile ei. Dacă face destulă mişcare, dacă cheltuieşte suficientă energie,*** [laptele de soia] ***va fi asimilat uşor, deci e bun. Dacă nu, dacă cheltuieşte mai multă energie mentală decât fizică, nu va fi aşa de bun!”*** (Lectura 1158-18, pentru o femeie de 48 de ani)

Reiese de aici că admiraţia exagerată manifestată acum pentru laptele de soia nu era împărtăşită şi de Cayce: n- ar trebui să-l transformăm sistematic într-un înlocuitor al laptelui. O altă lectură - făcută tot pentru un copil - arată entuziasmul redus pe care-l manifesta dragul de Edgar faţă de acest aliment. Şi încă soia de pe vremea lui nu era transgenică...

Smântâna proaspătă din Normandia

Există, la noi, o infinitate de reţete care folosesc smântâna proaspătă (sosuri, supe, pireuri, tăiţei, deserturi etc.), care nu au echivalent în Statele Unite; iată de ce am găsit atât de puţine lecturi privind folosirea smântânii proaspete.

Găsim totuşi un caz, mama unei fetiţe de treisprezece ani, cu grave tulburări digestive:

„Ar fi bine ca bolnăvioara noastră să nu mănânce produse lactate, cu excepţia untului şi a smântânii? Şi ar trebui să le înlocuim cu lapte de soia?

„Pe moment, aşa ar fi mai bine pentru acest organism. La prânz, să mănânci lapte praf, nu proaspăt - şi mai ales nu fiert. De aceea nu-ţi recomand îngheţata”. (Lectura 461-1)

Dacă englezii numesc îngheţata „ice-cream” - „crème glacée”, în franceză este pentru că la origine, chiar conţinea smântână proaspătă (fr., creme) pe lângă ouă etc. Celor care nu suportă lactatele, Cayce le-a recomandat

„Daţi-i îngheţate sau parfeuri; asta îl va întrema!” (Lectura 2299-13, pentru un băieţel de 4 ani, foarte anemic)...

Cu condiţia ca îngheţata să fie făcută, într-adevăr, din smântână proaspătă - ceea ce este tot mai rar! Alt copilaş, de 3 ani, atins de paludism, are nevoie de un tonic:

„Daţi-i alimente uşor de asimilat. Îngheţate şi şerbeturi; ar fi foarte bune pentru el”. (Lectura 402-1)

Unei femei tinere, suferind de constipaţie:

„Domnule Cayce, daţi-mi un regim pe care să-l urmez!

- Alegeţi mai mult alimente care vor crea alcalinitate în tubul digestiv, în general. Atenţie, nu prea multe dulciuri odată; doar clătite la micul dejun, cu siropuri. În afară de asta, evitaţi deserturile prea dulci - îngăduind totuşi îngheţatele şi parfeurile - cu moderaţie însă!” (Lectura 480- 13)

Când te gândeşti că, la început, „cremele de faţă” („crèmes de beaute”) erau fabricate din smântână proaspătă... Iar limba engleză a preluat termenul în industria cosmetică (*Cold cream, Night cream* etc.).

Vaca nu mai are, desigur, nici o contribuţie la aceste creme, de mult timp!

În Statele Unite, există şi frişca - *whipped cream* („crème fouettée”, fr.) - sută la sută sintetică, la fel ca untul care vă este servit în hoteluri, restaurante şi avioane. Compoziţia înscrisă pe etichetă vă anunţă un cocteil de gelatinizanţi, coloranţi, conservanţi, emulsifianţi, antiaglutinanţi, accentuatori de gust sau ***God-knows-what*** (=Dumnezeu-mai-ştie-ce)... Important este să fie albă şi spumoasă (şi cât mai dulce cu putinţă). Din păcate, suntem şi noi invadaţi de această falsificare!

Judecind după lecturi, se pare că de cele mai multe ori pacienţii lui Cayce consumau smântâna împreună cu laptele, fără să o separe:

„Laptele ar trebui să vă fie băutura de căpătâi, cu tot cu smântână, şi dacă se poate, când este cald, abia ieşit din ugerul vacii, proaspăt muls, da? (...) O să vă ajute să vă refaceţi potenţialul energetic”. (Lectura 4145-1)

Smântâna fiind în mod normal materia primă pentru unt, cred că indicaţiile terapeutice ale acestor două produse lactate sunt asemănătoare. În orice caz, smântâna se digeră mult mai uşor atunci când este crudă decât gătită.

Untul, caimacul...

...şi „fata lăptăresei pe deasupra învoielii” (sau pe deasupra mesei, în altă versiune)! Această expresie foarte răspândită îi desemnează pe cei ce vor să consume (fără să plătească), să se însoare cu floarea fetelor (nu cu buruiana), pe scurt, să mănânce castanele (pe care alţii le scot din foc).

Mi-a fost foarte greu să găsesc unt în America neaoşă, în avioane, mi se oferea un produs bizar, care aducea vag cu untul, prin culoare şi prin cutiuţa din plastic, dar a cărui genealogie ajungea sigur în familia margarinei. Era execrabil pentru limba unui normand (fără îndoială că şi pentru stomac). Cu ocazia unei petreceri la Fundaţia Cayce, am vrut să contribui cu o tartă. Prin urmare aveam nevoie, pentru aluatul fraged, de unt, sare, apă şi făină. Numai apa era *available*, adică se găsea. Făină de grâu obişnuită, numai ia cooperativa bio; sarea care se vindea în oraş era hiperindustrială, conţinând sumedenie de aditivi. Cât despre unt... nimeni nu-l folosea la masă, nici la prăjituri: toate femeile de la A.R.E. cumpărau margarină şi aluat de tartă congelat, gata făcut. Până la urmă, am dibuit nişte unt într-un magazin „special produits étrangers”. Aşa m-am dumirit că era un produs puţin consumat acolo, chiar şi pe vremea iui Cayce; lecturile care-l amintesc sunt relativ puţine.

„De ce mă dor umerii şi mai ales dreptul?

- Din lipsa unei coordonări între sistemul nervos şi sistemul digestiv, mai exact sistemul nervos central şi sistemul nervos simpatic, Iată din ce motiv nu digeraţi corpii graşi şi n-ar trebui să-i consumaţi. Totuşi, puteţi face o excepţie cu untul, uneori. Vă recomand să-l asezonaţi cu legume”. (Lectura 3033-1)

Cayce estima, în vremurile acelea binecuvântate când nu se auzise de „vaca nebună”, că dintre toate grăsimile animale, untul este cel mai inofensiv:

„Niciodată mulţi corpi graşi în acelaşi timp. Asezonaţi-vă legumele cu unt şi va fi mai bine chiar să le gătiţi în hârtie specială, ca să fiarbă în suc propriu şi în propriile lor săruri minerale.

Dacă le puneţi în apă, cum se face de obicei, aceste elemente preţioase se vor pierde. Gătiţi-vă legumele în acest fel, fără apă, înăbuşit, şi asezonaţi-le apoi cu unt (crud)”. (Lectura 3095-1, pentru un bolnav atins de scleroză în plăci).

Am vorbit deja, în mai multe cărţi, de această gătire înăbuşită, sau în hârtie specială, principiu regăsit în Maroc, în cazul acelor „tajines”: legumele se coc la foc foarte mic, în suc propriu, păstrând astfel sărurile minerale şi vitaminele. Toată genialitatea bucătăriei franţuzeşti ţine de marea varietate a corpilor graşi folosiţi. Iar aceştia se deosebesc foarte mult între ei, în planul sănătăţii. În Alsacia, se foloseşte grăsimea de porc, adică untura topită; în sud-vest, grăsimea de gâscă (sau de raţă). În sud, avem divinul ulei de măsline ale cărui virtuţi sunt neîncetat ridicate în slăvi de Cayce. În alte regiuni (Savoia, Dordogne etc.), se vinde la piaţă ulei de nucă produs artizanal, în nord, se face ulei de alune şi ulei de in. Însă normanzii au câştig de cauză: smântâna proaspătă şi untul de Isigny deţin întâietatea în tot Hexagonul! Înfrânți totuşi de bretoni, când e vorba de untul sărat (mă mir totuşi că, în Elveţia, untul nu are izul acela de stropi de val, pe care i-l dă sarea...). În fine, cultivăm şi floarea soarelui pentru ulei şi mai fabricăm ulei din seminţe de struguri. Edgar Cayce încuviinţa toate aceste uleiuri vegetale, cu condiţia să fie consumate crude. În schimb, rămâne întotdeauna foarte sever faţă de folosirea grăsimilor animale - cu excepţia untului crud, cu care este indulgent (dacă nu se face abuz):

„Seara, dacă e ora cinei, mâncaţi legume bine fierte, ceea ce nu înseamnă că vor fi gătite într-un corp gras sau cu un corp gras... ci gătite în suc propriu, la abur sau în hârtie specială.

Apoi le asezonaţi cu unt - dar mai ales fără slănină, nici carne, nici grăsime gătită".

Consultanta 844 trebuie să-şi ia adio de la andivele cu jumări!

„Ce-mi provoacă aceste nevralgii pe omoplaţi, pe partea dreaptă a coloanei vertebrale?

- Cauza este digestivă. Trebuie să consumaţi puţini corpi graşi, nu prea mult unt, nici produse lactate". (Lectura 1770-7, pentru cineva care nu asimilează alimentele)

O parte din cititori se miră văzând cum Cayce recomandă unt mai multor bolnavi. Dar să nu uităm contextul acelei epoci şi al acelor civilizaţii anglo-saxone care şi-au impus, în final, în lumea întreagă, codul alimentar (cu bolile derivate din el!). Or America de Nord era (şi este încă) foarte obişnuită cu carnea de porc, cu şunca, untura etc. Bolnavii lui Cayce consumau probabil multă şuncă („*bacon*"), pentru că el le atrage atenţia mereu asupra acestor grăsimi foarte greu de digerat - şi încearcă să le sugereze înlocuirea cu unt... Adică un rău mai mic!

Uleiurile vegetale folosite la noi, în Europa alpină şi meridională, nu le erau deloc accesibile bolnavilor americani ai lui Cayce: uleiul de nucă, alune, floarea soarelui, măsline, in, migdale etc. Pentru mulţi, ar fi fost imposibil de procurat aceste uleiuri, mai ales pure şi la prima presă, la rece - exceptând uleiul de arahide, plantă cultivată în sudul Statelor Unite. Cayce, realist, alege cel mai inofensiv corp gras de care dispuneau bolnavii săi. E mai bine ca doamna 3033, care mănâncă sigur *bacon* prăjită la micul dejun, să o înlocuiască cu o boabă de unt crud pus pe legume!

Căci, în toate lecturile unde Cayce prescrie unt, el subînţelege să fie crud şi în cantitate foarte mică. Şi pentru că una din lecturile de mai sus (nr. 3095) era făcută pentru un caz de scleroză în plăci, să amintim teoria lui Dr. Maschi (Dr Maschi, ***Sauvé par mes malades*** / *Salvat de bolnavii mei*, Ed. C.E.D.S., Le Havre) în privinţa acestei boli: ea pare a fi consecinţa unei serii de agresiuni ale vieţii moderne împotriva sistemului nervos; bolnavii atinşi de scleroză în plăci sunt în special victime ale poluării electrice datorate unei vieţi prea rupte de Natură: haine de nylon, şosete prea izolatoare, mochete sintetice, vecinătatea liniilor de înaltă tensiune sau aparate electrocasnice poluante din punct de vedere electric...

Brânzeturile

Să nu mă acuzaţi de „antiamericanism primitiv”: toţi cei ce au locuit în Statele Unite ştiu că brânza nu face parte din specificul local. Am văzut în New York şi Washington magazine de „produse exotice”, unde europenii puteau găsi - la preţul aurului - câteva brânzeturi sosite cu ultimul metrou.

În America neaoşă, unde locuiam eu, nişte prieteni inimoşi au avut bunătatea să mă ducă hăt, departe, cu maşina, la un magazin specializat în produse străine. Acolo, se găsea *fetta* (cunoscută pe plan local datorită puternicei comunităţi greceşti implantate în Statele Unite), *Swiss cheese* (şvaiţer tăiat în felii preambalate), *cheddar* englezesc, *gouda* olandeză şi, în fine, UN camembert franţuzesc (marca „La Fayette”, cu eticheta adaptată pentru consumatorul local!). Şi asta era tot. Figura mea dezamăgită i-a mirat grozav pe acei prieteni: „N-ai vrut

brânză? Uite-o! Ce mai vrei?” Cum să le spun că *Swiss cheese* avea un gust de săpun, *camembert*-ul un gust de carton, *gouda*, gust de vată, iar *cheddar*-ul, un gust de rinichi...

În disperare de cauză, am cumpărat lapte de capră de la cooperativa bio din oraş, ca să-mi prepar singură brânzeturile.

Am pus laptele la soare, să se prindă, l-am scurs printr- o strecurătoare de plastic pe care mi-am confecţionat-o singură, i-am adăugat sare, verdeaţă, mirodenii etc., încât aproape am reuşit să-mi fac un bulgăraş de Chavignol de casă!

V-am povestit toate acestea ca să nu aşteptaţi de la Cayce un discurs complet şi performant despre brânzeturi! Edgar se adapta cererii; el vindeca oamenii din ţara sa, cărora le vorbea pe înţeles, nimic mai mult. Iată o femeie de 37 de ani, atinsă de obezitate (într-o vreme când obezitatea încă nu devenise flagel naţional):

„Nu mâncaţi prea multă brânză, indiferent de tip (...). Şi asta până o să vă vindecaţi de acest dezechilibru hormonal care v-a făcut să vă îngrăşaţi”. (Lectura 2988-1)

Dar unei doamne de 66 de ani, care era anemică şi suferea de nefrită, i se spune în schimb:

„O mare cantitate de grăsimi este indigestă pentru organismul dumneavoastră. Vedeţi bine că nu puteţi digera corpii graşi! Singurii pe care vi-i puteţi permite sunt brânzeturile”. (Lectura 1409-9)

Totuşi Cayce nu face, ca noi, deosebire între brânza grasă şi cea slabă, tocmai pentru că această consultantă americană nu prea avea din ce să aleagă.

Iată alt caz, unde e vorba de un diabetic:

„Nu amestecaţi cartofii şi brânza! Niciodată să nu fie împreună la aceeaşi masă”. (Lectura 3166-1)

...Păcat de gratin dauphinois! Se pare că în general: „***brânzeturile consumate împreună cu proteine pot produce fermentaţii nesănătoase”.*** (Lectura 1158-3)

Or cartofii menţionaţi mai sus sunt proteine - vegetale, e drept, dar totuşi proteine, ca toate făinoasele!

Încă o bolnavă care, la rându-i, suferă de constipaţie cronică (iar brânza este orice numai ...laxativ, nu!):

„Schimbându-vă regimul, veţi evacua mai bine. Fiţi un pic mai coerentă în alimentaţie: nu prea multe feculente, de exemplu spaghete cu brânză. Deşi brânza o puteţi consuma cu moderaţie, dacă e vorba de cheddar”. (Lectura 459-11)

Doi bărbaţi de cincizeci de ani, amândoi suferind de dezechilibre endocrine, întreabă:

„Să mănânc brânză?

- În nici un caz! Să nu vă atingeţi de brânză!” (Lectura 3276-1)

„Evitaţi combinarea brânzei cu feculente, de exemplu macaroane cu brânză. Mâncaţi-le separat, din când în când, dar nu împreună. Oricum, grăsimile niciodată în cantităţi mari”. (Lectura 2020-1)

Cele două mâncăruri italieneşti menţionate mai sus, macaroane şi spaghete cu brânză, mai conţin multe alte ingrediente: mirodenii, ulei de măsline, roşii, făină (pentru sos), slănină, şuncă etc. E vorba de feluri de mâncare destul de elaborate, foarte hrănitoare şi a

căror compoziţie variază de la o regiune la alta, în Italia. Totul depinde aşadar de ce punem în ele. Bineînţeles că o farfurie plină cu spaghete napolitane îndeamnă la siestă. *Ma che?...*

Încă un caz de constipaţie asociată cu probleme circulatorii:

„Evitaţi amestecarea unor cantităţi mari de cu pâine şi dulciuri şi, mai bine, luaţi aminte la respectarea proporţiei de 20% alimente acide faţă de 80% alcaline”. (Lectura 1315-6)

Caş şi lapte prins

Ţinând cont de rezervele enunţate mai sus în privinţa laptelui de vacă şi de intoleranţele la lapte în general, totuşi Cayce recomandă laptele prins mai multor bolnavi (lecturile nu spun dacă e vorba de lapte de capră, iapă, oaie sau vacă).

În tradiţia franceză, „caşul” desemna laptele închegat - îndulcit sau nu. Trei feluri de plante, la alegere în funcţie de regiune, erau folosite pentru închegarea laptelui:

- florile de drăgaică (Gallium verum) în Auvergne;
- florile de scai în regiunile atlantice;
- o rămurică de smochin în sud.

Florile de drăgaică sau de scai se pun în laptele cald (fiert, în curs de răcire; sau pus pe foc, la încălzit) şi se amestecă încontinuu până când laptele „se prinde”. Rămurică de smochin trebuie ruptă în patru şi cu aceste beţe se amestecă laptele cald.

În versiunea americană (*junket* în textul lui Cayce - adică brânză proaspătă de vaci, n.tr.), se adaugă gelatină în lapte, pentru a-l face să se prindă, şi zahăr.

Gelatina ajută mult la digerarea zahărului. Problema gelatinei, este... că nu mai e ce a fost pe timpul lui Cayce. Astăzi, plicul de gelatină pe care-l cumpăraţi din magazinul alimentar conţine coloranţi, aspartam (a se vedea mai sus) şi diverşi aditivi, fără să punem la socoteală pesticidele şi antibioticele depozitate de animal în oase sau cartilaje. Şi picătura care umple paharul: experţii se întreabă dacă prionul vacii nebune nu se află cumva şi în gelatina extrasă din oasele animalelor bolnave... Vă puteţi prepara singuri gelatină, fierbând îndelung oase şi cartilaje de peşte, oase şi cartilaje de pasăre sau mamifere. Lăsând fiertura să se răcească, se încheagă gelatina. Aşa cum am spus deja, este important de ştiut dacă animalul de la care provin oasele şi cartilajele a fost sănătos.

„Dacă vreţi lapte prins, dacă vă e poftă, îl puteţi consuma ca pe orice aliment pe bază de gelatină”. (Lectura 1885-1, pentru un bolnav de rinichi şi de ficat)

Totuşi nu trebuie exagerată îndulcirea cu zahăr a acestui desert:

„Lapte prins, da, cu condiţia să nu-i puneţi prea mult zahăr, da? Şi zahăr de sfeclă, mai bine decât zahăr de trestie”. (Lectura 4281-6, pentru o fetiţă de 6 ani, care suferă de tulburări intestinale în urma paludismului)

Vom vedea în capitolul următor inconvenienţele zahărului... Pentru mulţi, ar fi mai bine să consume lapte prins... sărat (de exemplu, cu verdeaţă, piper, chimion şi boia de ardei). Unui domn în vârstă, bolnav de cancer, Cayce îi recomandă:

„În regimul dumneavoastră, puneţi pe primul loc alimentele lichide şi semilichide.

Săptămâna viitoare sau în următoarele zece zile, o să puteţi mânca lapte prins". (Lectura 1263-1)

Ca majoritatea bolilor, şi cancerul apare ca urmare a erorilor alimentare; de aceea Cayce le recomandă bolnavilor săi regimuri care ajută activitatea de eliminare din sistemul digestiv. Bolnavii sunt slăbiţi, trebuie deci să fie ajutată digestia, fără să se impună un efort prea mare mecanismelor uzinei de digerat - ceea ce permite intestinelor să se odihnească. Lichidele, mâncărurile calde, alimentele deja fermentate şi nu prea grase sunt deci mai uşor de asimilat pentru un organism slăbit:

„În regimul dumneavoastră, fiţi atentă să consumaţi în majoritatea timpului alimente pe care le-am putea numi predigerate! Laptele prins şi alte feluri de lapte fermentat vă sunt recomandate cu prioritate". (Lectura 895-1, pentru o bolnavă în vârstă şi anemiată)

Sistemul nostru digestiv este o maşină minunată, foarte complexă. Dacă o rotiţă oboseşte din cauza suprasolicitării, face grevă... Greva clasică este aceea a intestinelor care se blochează: apare constipaţia, care se poate agrava, ajungând la extremă, ocluzia intestinală. Trebuie aşadar să stimulăm această maşină obosită, să-i aducem energie ca să se cureţe singură.

Acelaşi pacient, deşi tânăr (45 ani), suferă de un ulcer gastric în care se vede fără greutate protestul unui organ care nu mai poate suporta excesul de aciditate. Cayce îl sfătuieşte:

„Nu consumaţi decât alimente care vor stimula organele sistemului digestiv bolnav. Între altele, puteţi mânca lapte prins, care va

susţine activitatea ficatului în depăşirea acestor tulburări”. (Lectura 4705-5)

Pentru o femeie tânără, constipată şi anemiată:

„În alimentaţia dumneavoastră, trebuie alimente stimulatoare. Din când în când, consumaţi lapte prins, pentru a schimba şi pentru a stimula acţiunea acelei părţi a sistemului digestiv unde trebuie ca organele să poată asimila, în fine, hrana. În felul acesta o să vă refaceţi forţele”. (Lectura 5714-2)

Nu încercaţi niciodată să faceţi lapte prins din lapte omogenizat, U.H.T. (ultra-haute-température (temperatură foarte ridicată)), aromatizat, degresat etc. Puse la prins, aceste feluri de lapte de minimarket degajă un miros urât. Nu mâncaţi decât lapte crud, bio. Turnaţi-l într-un vas de pământ sau sticlă, pe care îl acoperiţi şi-l lăsaţi câteva zile; laptele se prinde singur sub stratul gălbui de smântână. Lăsaţi-l câteva ore în frigider şi consumaţi-l proaspăt.

Dr. Kousmine merge şi mai departe, fiind de aceeaşi părere cu Pr. Lombardi: „cancerul, poliartrita cronică evolutivă (...) şi scleroza în plăci sunt trei boli degenerative (...) care sunt boli surori”, apărând la indivizi cu un trecut familial şi personal similar (...)”. Totul se întâmplă ca şi cum, suferind aceeaşi acţiune nocivă, fiecare bolnav şi-ar alege modul de reacţie şi i-ar rămâne credincios, combinaţia a două din aceste afecţiuni la acelaşi subiect (cel puţin în forma lor gravă) fiind o excepţie (...). Aceste trei boli răspund analog şi benefic la acelaşi tratament de bază”. (Dr. Kousmine, ***Sauvez votre corps***, *op. cit,* p. 215, şi Pr. Lombardi, *op. cit.*)

4. NUMAI ZAHĂR şi MIERE

Deserturile? Altfel spus, asasinul stă cu noi la masă! (Formula nu-mi aparţine, este a marelui jurnalist Robert J. Courtine, premiat cu Grand Prix pentru literatura gastronomică şi membru al Academiei Rabelais (Ed. La Table Ronde 1969). Această carte, depăşită în unele privinţe, rămâne totuşi clasică, una dintre primele care au încercat să arate marelui public deterioarea galopantă a patrimoniului nostru gastronomic.) Majoritatea lecturilor ne sfătuiesc să limităm consumul. Prin urmare, adio fursecuri, vată de zahăr *şi poire Belle-Hélène!* Unii vor rămâne neconsolaţi (sunt şi eu printre ei). Turul gastronomic al Franţei avea câteva etape dulci: bomboanele mentolate din Cambrai, fursecurile din aluat de migdale din Aix-en-Provence, nugaua din Montmelimar şi tarta cu prune brumării din Alsacia. Era farmecul desuet al bătrânei Franţe.

Acum, fabricanţii de ciocolată şi cofetarii supravieţuiesc crizei. Oare datorită crimei care profită? Zaharo-dolarii sunt oare la fel de murdari ca narco-dolarii? Ne aflăm deja în război biologic, război chimic, război meteorologic; va trebui să li se adauge războiul gastronomic? Şi să ne lipsim definitiv de zahăr? Tot atâtea întrebări cheie la care Cayce a dat deja răspuns la vremea sa... Răspunsurile sale mai sunt oare de actualitate?

Robii zahărului

Să ne luăm inima în dinţi şi să parcurgem lecturile lui Cayce, uneori incomode, pe această temă.

Primul reproş făcut zaharurilor este faptul de a degaja alcool când sunt descompuse în maşina de digerat. Or dacă alcoolul este stimulator în doze mici, el poate fi extrem de toxic dacă această maşină digestivă funcţionează prost. Blocajele se agravează şi deşeurile se adună - iar de aici se va ajunge sigur la îmbolnăvire, Iată cazul unei femei obeze (suntem în 1937, încă nu sunt mulţi obezi în Statele Unite):

„Nu combinaţi NICIODATĂ făinoasele cu zahărul. Nu consumaţi niciodată alimente care se transformă în alcool în sistemul digestiv. Nu ne referim aici la „vinuri şi spirtoase”, ci la zaharuri. Acestea, în amestec cu anumite făinoase, provoacă în tubul digestiv o fermentaţie alcoolică. Şi tocmai asta vă face să vă îngrăşaţi!” (Lectura 1125-2)

Căci şi făinoasele conţin hidraţi de carbon care degajă alcool. Bineînţeles că alcoolul este răspunzător de o parte din cazurile de obezitate, dar făinoasele şi zaharurile sunt la fel de vinovate. Alcoolul este toxic pentru ficat şi sunt tot mai rari cei rezistenţi din naştere (dinainte de război!), al căror ficat mistuie orice fără probleme. Trebuie să ştim că există două feluri de zaharuri:

- Zaharurile complexe (hidraţii de carbon) „cu absorbţie lentă”, care se găsesc în fructe, cereale, leguminoase şi nuci. Aceştia se digeră destul de uşor pentru că, aşa cum se prezintă ei în natură, includ oligoelemente, vitamine, apă, fibre.

- Al doilea tip este reprezentat de musafirii primejdioşi, numiţi „zaharuri cu absorbţie rapidă”. Este vorba de zaharurile rafinate, „de acei hidraţi de carbon, cărora tratamentele industriale le-au îndepărtat tot cortegiul de vitamine, de

oligoelemente... Aceşti hidraţi de carbon, extraşi din plante prin procese industriale (din ce în ce mai vicioase!) sunt absorbiţi prea repede prin aparatul digestiv, ceea ce creează un dezechilibru brutal în chimia organelor noastre”. Aceştia sunt nişte duşmani înverşunaţi ai sănătăţii noastre, pe care-i combate Cayce, lectură după lectură...

„Una din cauzele actuale ale obezităţii este hiperconsumul de zaharuri. Zahărul este un iritant al stomacului şi o cauză a fermentaţiei intestinale. Este recunoscut între cauzele esenţiale ale obezităţii, cauza majoră a cariei dentare etc. În plus, există o strânsă legătură între consumul excesiv de zahăr şi infecţiile stafilococice”, spune Pr. Henri Joyeux.

După acest autor, „consumul excesiv de zaharuri cu absorbţie rapidă favorizează şi apariţia cancerelor”. Aceasta este şi părerea lui Cayce - pentru el, principalul incovenient al zaharurilor (mai ales cu absorbţie rapidă) este că fermentează în tubul digestiv, producând alcool, care, în exces, este catastrofal, Iată ce-i spune unui canceros:

„Feriţi-vă de orice aliment care conţine alcool”. (Lectura 2097-1).

Nu e vorba atât de ... butelca divină, cât de dulciurile ucigaşe:

„Evitaţi alimentele care produc alcool. Nu ne referim aici atât la băuturile alcoolice propriu-zise, cât la acele alimente care creează o reacţie alcoolică în tubul digestiv, adică bomboanele”. (Lectura 1985-1)

„Nu amestecaţi prea mult făinoasele cu alte alimente care produc o reacţie alcoolică, de pildă bomboanele cu orice feculent: acestea dau o fermentaţie alcoolică în sistemul digestiv. Şi

asta vă distruge!” (Lectura 1315-77, pentru un reumatic)

„Dar fiţi odată atent la regimul alimentar! Dacă sunt alimente care se mistuie bine, la altele în schimb ar trebui să renunţaţi: dulciurile în exces, de pildă, şi tot ce produce alcool, ca amestecurile cu pâine albă sau deserturile”.

(Lectura 1308-1, pentru un bărbat de 56 de ani, cu sensibilitate renală).

Ah, beţia plăcintelor cu mere...

Cât despre bomboane, acestea devin aperitiv pe autostrăzile digestive: şi acest lucru nu este aşa de bun pentru tranzitul alimentar!

Zahăr din trestie sau din sfeclă?

„Atenţie, nu faceţi abuz de dulciuri, cum vi s-a spus deja! Mierea, bineînţeles, e îngăduită; sau prăjiturile făcute cu zahăr negru. Dar dacă ţineţi cu tot dinadinsul să mâncaţi zahăr, să nu fie, în nici un caz, zahăr alb din trestie!”

(Lectura 849-55, pentru un adult constipat şi artritic... combinaţie întâlnită adeseori!)

La noi în ţară, s-au făcut nenumărate cercetări privind nocivitatea zahărului. Şi această situaţie nu e de azi, de ieri. Robert J. Courtine scria în 1969, într-o carte care a făcut senzaţie:

„Consumatorul preferă (şi plăteşte mai scump) zahărul roşu, pentru că e din... trestie. Or trebuie să precizăm mai întâi că poate exista zahăr roşu din sfeclă şi zahăr alb din trestie. Zahărul roşu, nerafinat, nu conţine săruri minerale şi vitamine mai multe decât zahărul rafinat, ba chiar mai multe impurităţi nedorite (bacterii, substanţe organice). Zahărul alb, adică

rafinat, este zaharoză aproape pură (99,8%). Despre acesta a scris Dr. Carton că este un „aliment mort”. Şi n-a fost el singurul critic al zahărului industrial. (...) Dr. Banting (care a descoperit insulina) îl consideră un aliment periculos. Suntem departe de propaganda oficială sau cvasi-oficială!”

Zahărul alb, de orice provenienţă, face tot atâţia bani ca pâinea albă sau orezul alb: două parale! Exact acest lucru l-au demonstrat studiile citate mai sus. După opinia curentă de la noi, zahărul din trestie ar fi mai bun. După Cayce, nu e câtuşi de puţin adevărat. Multă vreme am cumpărat zahăr din trestie, dar era roşu, adică mai puţin rafinat decât cel alb (indiferent de provenienţă). Înseamnă să amestecăm două probleme: originea vegetală a zahărului şi gradul de rafinare. Zahărului alb, din sfeclă, din trestie sau din altceva, i se scot toate oligoelementele minerale care-i dau valoare. Experienţe foarte cunoscute, făcute în şcoli din Elveţia, au dus la concluzia unei puternice nocivităţi a zahărului alb faţă de cel roşu sau negru (în special cariile dentare apăreau mai des la bieţii şcolari îndopaţi cu zahăr alb!). Deci Cayce îi declară război:

„Nu dulciuri în cantităţi mari, cu pâine albă! în cazul dumneavoastră, carnea şi zahărul merg împreună la aceeaşi masă. Nu atât ceea ce mâncaţi, cât combinaţiile alimentare vă dăunează! Aşadar fiţi cu băgare de seamă!” (Lectura 1151-2)

Altfel spus, pâinea albă (sau făina albă) cu zahăr alb e o combinaţie total nepotrivită! Cei mai buni specialişti actuali sunt exact de aceeaşi părere. Dacă pe vremea lui Cayce pacienţii aveau de ales între zahărul alb din sfeclă şi zahărul alb din trestie, cel din trestie era întotdeauna nerecomandat. De pildă, iată o

fetiţă de 14 ani, care suge cam multe bomboane, cu voia părinţilor. Aceştia îl întreabă pe Cayce.

„Mănâncă prea multe dulciuri sau nu-i dăm destule?

- Acum, e ***bine. Dar, aşa cum am spus deja, n-o lăsaţi să-şi facă obiceiul de a mânca dulciuri într-una. Că obiceiul e în mintea ei sau în realitate, tot nu e bine; trebuie să luaţi măsuri ca să-l evitaţi, mai ales la nivelul anturajului ei! Dacă însă îi daţi bomboane, preferaţi-le pe cele făcute cu zahăr din sfeclă - şi nu cu zahăr din trestie".*** (Lectura 1206-11)

Cititorii mei vor găsi fără greutate în comerţ, şi pe piaţă, zaharuri mai mult sau mai puţin negre (din trestie sau sfeclă), care conţin încă elemente nutritive favorabile digestiei. Există şi zaharuri de fructe (de exemplu „poire", delicioasă specialitate belgiană), zahăr din struguri, zahăr din grâu, sirop de arţar etc. ca şi mierea (a se vedea mai departe). Dar toate, oricare ar fi ele, devin toxice dacă sunt rafinate prea mult.

Vărul dulce din Canada

Siropul de arţar - cea mai mândră floare a gastronomiei canadiene - în frumosu-i veşmânt de ambră, ar fi în principal tot ce e mai bun. El păstrează oligoelementele din seva copacului şi astfel produce mai puţine fermentaţii acide decât celelalte zaharuri. Numai că distanţa dintre teorie şi realitatea cotidiană... este ca de la cer la pământ: după părerea canadienilor înşişi, multe siropuri de arţar sunt denaturate acum de către producători. Extracţia şi conservarea au fost industrializate, iar unele din aceste siropuri conţin aditivi, care n-au nici în clin, nici în mânecă cu arţarul.

Totuşi se mai găsesc siropuri de arţar naturale, care n-au fost îndoite cu siropuri industriale, nici n-au fost colorate (citiţi cu atenţie etichetele şi apelaţi la un distribuitor „bio” serios).

„Consumaţi toate zaharurile pe care acest organism le poate asimila, cu condiţia să fie în cantităţi mici. Ar fi şi mai bine dacă le consumaţi sub formă de cereale sau fructe. Adică, mai bine zaharuri în contextul lor natural, decât să fie adăugate alimentelor. Uneori, dacă vă place, puteţi mânca prăjituri cu orez sau turte de hrişcă, pe care le veţi asezona numai cu unt şi sirop de arţar, în loc de orice alt zahăr. Ar fi cel mai bun mod, pentru dumneavoastră, de a consuma zahărul, în loc să vă îndopaţi cu tone de prăjituri!” (Lectura 3535-1, pentru un tânăr foarte anemiat)

„Oare un zahăr natural cum este siropul de arţar mi-ar face rău?

- Îl puteţi consuma cu moderaţie, devreme, dimineaţa”. *(Lectura 1377-3)*

Marii sportivi au nevoie de zahăr?

Aşa se spune... Dacă totul se reduce, după Cayce, la echilibrul acid-alcalin, atunci exerciţiul fizic micşorează excesul de aciditate şi arde deşeurile. Sportivii pot aşadar să-şi permită câteva dulciuri în plus:

„Nu prea multe dulciuri, în cazul dumitale... Însă suficiente ca să aducă energia de care ai nevoie. Asta depinde de nivelul activităţii fizice”. (Lectura 877-16, pentru un puşti care face multă mişcare)

Zahărul este duşmanul omului civilizat?

Sedentarii vor trebui deci să aleagă: ori fac mişcare... ori îşi micşorează raţia de zahăr (sau, uneori, ambele). Viaţa de om civilizat în marile oraşe occidentale nu ne este favorabilă: nu ne mişcăm destul şi respirăm prost!

„Pentru început, nu faceţi abuz de dulciuri. Nimic prea îndulcit; asta v-ar agrava astmul supraîncărcând rinichii, înţelegeţi?” (Lectura 90-1)

Şi un al doilea caz de astm:

„Pentru regimul dumneavoastră, fiţi ceva mai atent la ce aveţi în farfurie! Deci limitaţi dulciurile: ele acţionează asupra mucoaselor congestionate, la nivelul spatelui, bronhiilor, traheo-arterei; astfel se creează o presiune locală (de aici, crizele de astm)”. (Lectura 861-1)

„Dumneavoastră, care suferiţi de tulburări pancreatice, fiţi atent să nu consumaţi prea mult zahăr!” (Lectura 2577-1, pentru un bolnav de 51 de ani, suferind de blefarită, adică o inflamare a pleoapelor legată de tulburări digestive)

„Zaharuri puteţi consuma în cantităţi foarte mici; atenţie, nu abuzaţi! Nu prea multe dulciuri, de orice fel ar fi; dacă nu, veţi provoca un exces de fermentaţii de care veţi scăpa greu!” (Lectura 757-4, pentru o persoană care suferea de un dezechilibru hormonal)

Şi de ce este zahărul un drog pentru cei care nu se pot lipsi de el?

„De ce îmi stă mintea numai la dulciuri?

- ***Din cauza unui dezechilibru tiroidian".*** (Lectura 2336-1)

Mai mulţi prieteni medici, pe care-i cunosc bine, apreciază că numărul dezechilibrelor tiroidiene a crescut în Europa după Cernobîl - mai ales la femei (iar în Franţa, mai ales în est). Se efectuează lucrări ştiinţifice care vor explica această creştere îngrijorătoare a afecţiunilor tiroidiene. (Vezi articolul lui Pierre Lance, din L'Ere Nouvelle (BP 171, 06407 Cannes Cedex), nr. 129/ian.-febr. 1999, despre consecinţele Cernobîlului asupra mediului. Vezi de asemenea cartea lui Jean-Michel Jacquemin, ***Le Fameux Nuage... Tchernobyl*** / Faimosul nor... Cernobîl, 1999, Ed. Sang de la Terre, Paris)

Îndulcitorii: atenţie, sunt tot mai toxici!

Pentru cei care încearcă din răsputeri să-şi limiteze doza zilnică de otravă, s-a încercat înlocuirea ei cu „edulcoranţi" (sau îndulcitori), care nu sunt ce par - altfel spus, gustul zahărului fără inconvenientele acestuia. Dar majoritatea sunt suspecţi.

Cel mai vechi dintre edulcoranţi este zaharina (sulfamidă benzoică). Or l-am văzut deja pe Cayce condamnând una din rudele ei: E211 sau benzoat de sodiu. După Antoine Roig, „toate produsele din familia benzoică ridică probleme de ordin toxicologic. Ele sunt vinovate de accidente alergice comparabile cu cele provocate de coloranţi". (2) „Reprezentantul tipic al edulcoranţilor de sinteză este zaharoza vândută sub diverse nume. Aceasta nu este un zahăr (...). Diabeticii ar trebui să n-o folosească". mai spune Pr. Robert Toquet (Pr. Robert Toquet, ***Guide pratique des***

remèdes naturels, LM.V. (Laboratoires Marcel Violet), 1992, p. 64).

Un alt edulcorant, ciclamatul, „folosit ca îndulcitor pe la 1951, a fost retras de pe lista substanţelor nepericuloase pentru alimentaţia umană, în 1969, de către F.D.A. (Food and Drug Administration)”, adaugă Pr. Joyeux. S-a descoperit că provoca malformaţii la făt, dând naştere unor monştri.

Aceşti doi îndulcitori, zaharina şi ciclamatul, sunt consideraţi astăzi cancerigeni. Pr. Toquet adaugă:

„Lucrările recente ale lui Bernier, despre planul digestiv, şi ale lui Boudeme şi Gounelle, despre creştere şi descendenţă la şobolani” (Săracii de ei! Vezi mai departe nota de subsol despre consecinţele catastrofice ale experienţelor pe animale. Vezi de asemenea excelenta şi curajoasa carte a lui Sylvie Simon, ***La Dictature médico-scientifique***, op. *cit.,* în care autoarea analizează manipularea genetică a alimentelor, consecinţele dezastruoase ale poluării şi dezinformarea ale cărei victime suntem!) „au confirmat această concluzie, în plus, un patolog britanic Dr. Ruth Marion Hicks, a arătat că 50% din animalele de experienţă contractau cancere ale vezicii, după ce li s-au administrat ciclamaţi timp de aproape două săptămâni; abia de puţin timp, ei (oamenii de ştiinţă britanici (N.tr.)) s-au raliat francezilor, care n-au admis ciclamaţii în alimente, niciodată”. (Pr. Robert Toquet, op. cit., p. 64)

Doi edulcoranţi noi au fost introduşi mai recent: acesulfamul potasic şi aspartamul. Aspartamul sau Nutrasweet (sau Canderel) este folosit pretutindeni, „În cerealele prelucrate pentru micul dejun, în gelatină, iaurturi şi brânză proaspătă, preparatele instant cu cafea şi cacao, budinci, blaturi, glazuri pentru prăjituri

etc. (Pr. Joyeux, op. cit., p. 53. „Boala aspartamului” a fost pusă în evidenţă treptat în aceşti ultimi ani. Simptomele sale sunt adesea grave: „fibrimialgie, crampe, vertij, dureri de cap, ţiuit în urechi, dureri articulare, depresie nervoasă, pierderi de memorie, diverse tulburări de vedere, crize de violenţă, comă, moarte.” Faimosul „sindrom al Golfului”, care a devastat armata americană în cursul războiului cu acelaşi nume, s-ar datora absorbţiei de aspartam din băuturile „light”, care le-au fost trimise pentru a-şi potoli setea provocată de clima caldă. Au fost chiar copii anormali concepuţi în acea perioadă şi întârziaţi mintal, din cauza aspartamului. Vezi articolul lui Michel Dogna, deja citat, din *Vérité Santé Pratique* nr. 45)”, spune profesorul Joyeux. Or am văzut că aspartamul s-a dovedit unul dintre cele mai toxice produse. Se ştie că fiecare litru de Coca-Cola conţine 550 mg de aspartam!

„Cât despre acesulfamul potasic (dioxid de oxatiarinonă), Comitetul Ştiinţific al C E.E. (Comisia Europeană) îl aprobă numai în doză zilnică de 9 mg/kilocorp... pe când administraţia americană (F.D.A. (Food and Drug Administration = Departamentul American pentru Alimente şi Medicamente)), mult mai optimistă, aprobă 15 mg”. (Pr. Joyeux, *op. cit.*, p. 53)

Dar edulcoranţii existau şi pe vremea lui Cayce. Cea mai veche lectură - despre zaharină! - datează din 1931:

„Seara, puteţi mânca dulciurile obişnuite, cu condiţia să nu fie pe bază de zahăr din trestie. Puteţi consuma şi zaharină”. (Lectura 1225-1)

De ce o îngăduia Cayce? Probabil pentru că, în epoca aceea, zaharina era mai puţin toxică decât astăzi.

Altă lectură, pentru un caz de tumoră:

„Ce cantitate de dulciuri am voie să consum?

- ***Oricât, dacă sunt pe bază de zaharină. Sunt perioade când simţiţi nevoia de dulce, dar în special să nu consumaţi ceea ce este pe bază de zahăr din trestie”.*** (Lectura 889-1)

Ultima lectură, făcută în 1941:

„Zahărul din sfeclă este preferabil celui din trestie. Dar, în cazul dumneavoastră, este de preferat zaharina”. (Lectura 1963-2)

De ce această indulgenţă? Prima explicaţie: zaharina nu mai este ce era pe vremea lui Cayce. Metoda folosită pentru sinteza zaharinei a evoluat - nu în bine, se pare: s-a ajuns la eliminarea tuturor impurităţilor. Astfel, zaharina devine, exact ca zahărul alb, un aliment mort. În alte lucrări despre Edgar Cayce, am atras atenţia că multe din produsele şi medicamentele pe care le recomanda el atunci s-au schimbat între timp: nu mai au aceeaşi formulă, acum conţin coloranţi, aditivi, care schimbă calitatea produselor. Cred că e valabil şi pentru zaharină. Sub acelaşi nume, este altă formulă. În orice caz, în Statele Unite, au fost sesizate pericolele zaharinei, pentru că „pe cutiile metalice de Diet Coke (Coca Cola) scrie: *This product contains saccharin which has been determined to cause cancer in Laboratory animals. Using this product may be hazardous to your health”.* (Acest produs conţine zaharină, care s-a dovedit cancerigenă la animalele de laborator. Folosirea acestui produs poate dăuna sănătăţii dumneavoastră)

Bineînţeles că testele pe animale de laborator sunt un lucru oribil care conduce, pe nesimţite, la testele pe fiinţe umane (da, da...). De un timp, văd că transpar informaţii despre experienţe practicate pe

oameni, fără ştirea lor, în Statele Unite! (Vezi de exemplu La Recherche, nr. 275, „Les Cobayes humains du plutonium” / Cobaii umani ai plutoniului. Comitetul ştiinţific Pro Anima, sub conducerea profesorului Theodore Monod, îşi propune promovarea experienţelor „in vitro” pe fragmente de ţesuturi, în locul acestei stupide şi crude experimentări pe animale vii. De ce o numim stupidă? Pentru că modelul animal este cu totul altceva decât modelul uman. Multe animale nu reacţionează la fel ca oamenii faţă de o gamă întreagă de substanţe - toxice pentru unii, iar pentru ceilalţi, nu. Concluzie: testele pe animale nu sunt fiabile!) Aceste experienţe sunt cu atât mai lipsite de sens cu cât ar putea fi înlocuite complet cu teste *in vitro* - şi ca să se afle ce? Lucruri deja ştiute sau bănuite? Este chiar o surpriză să aflăm că edulcoranţii sunt toxici? Corpul medical ştia deja acest lucru - dar industriaşii nu au chef să piardă o piaţă profitabilă. Ei continuă voiniceşte, şi în pofida testelor, să-i otrăvească pe consumatori...

Ca să ne întoarcem la Cayce, n-am găsit decât cele trei lecturi care admit zaharina, într-un spirit de „mai puţin nociv” - adică pentru pacienţi care erau atât de dezechilibraţi încât, luându-li-se orice sursă glucidică, riscau să se îmbolnăvească şi mai rău. Zaharina de atunci permitea, provizoriu şi fără riscuri, să se diminueze consumul de zahăr. În acelaşi spirit, Cayce dezaprobă carnea, dar o recomandă totuşi din când în când. Dezintoxicarea nu se poate face decât treptat, cu excepţia unui miracol. Cayce îngăduie etape pentru pacienţii săi. Nu le putea cere contemporanilor să renunţe brusc şi complet la ciocolată, clătite, bomboane, şuncă prăjită, cotlete de porc, cafea cu lapte, bere, whisky, ţigări... Cayce s-a

limitat, cu înţelepciune, la pararea urgenţelor şi a eliminat ce era mai toxic.

Ciocolata nu este întotdeauna un prieten, aşa cum credeam.

Aţi văzut duşman mai viclean decât bomboanele? Unei doamne de cincizeci de ani, care se trata cu ...trufe, Cayce îi prescrie:

„Dulciuri, câteodată, da, însă nu prea multă ciocolată!” (Lectura 3098-1)

Orice vârstă are, de altfel, neplăcerile ei; astfel, unei adolescente de 13 ani, veşnic chinuită de migrene şi constipaţie, îi recomandă:

„Atenţie la excesele de dulciuri; evită mai ales ciocolata”. (Lectura 3326-1)

Iar o viitoare mamă întreabă:

„Domnule Cayce, e rău pentru mine şi pentru viitorul meu copil dacă mănânc ciocolată dietetică?

- Da. Dietetică sau nu, orice ciocolată conţine aceleaşi elemente pe care nu le puteţi digera! Acestea îngreuiază acţiunea sucurilor gastrice, în special la nivelul duodenului”. (Lectura 808-3)

După o gripă:

„Nu mâncaţi prea multe făinoase, mai ales ciocolată - ***ţinând cont cum este fabricată astăzi! Şi, atenţie, evitaţi de asemenea apa gazoasă!”*** (Lectura 3622-1)

Lectura datează din 1944 şi ne face să presupunem că, încă de atunci, ciocolata nu se mai fabrica artizanal şi conţinea numeroşi aditivi indigeşti sau de-a dreptul toxici. Ciocolata trăieşte din reputaţia ei de tonic, adesea uzurpată! în ziua sosirii mele în

Elveţia, m-am năpustit asupra ei: se vindea peste tot şi în ambalaje superbe. Nu puteam rezista! Atât de rău mi-a fost după această orgie încât m-am vindecat pentru totdeauna de „ excesele de ciocolată. A trebuit să plec definitiv din Elveţia ca să regăsesc dorul de ea, prin rotunjimile brune ale fondantelor Nestle!

„Dar ciocolata amăruie, domnule Cayce? Este mai greu sau mai uşor digerabilă decât ciocolata cu lapte?

- ***Toată ciocolata este greu de digerat pentru dumneavoastră la ora actuală. Însă pe măsură ce o să vă însănătoşiţi, puteţi mânca, cu condiţia să fiţi mereu cumpătată; niciodată în cantitate mare".*** (Lectura 2426-1)

Lectura de mai sus, făcută pentru un convalescentă, nu este singura de acest fel: ciocolata nu este un tonic pentru persoane fragile! Iată două cazuri de afecţiuni respiratorii, din care primul cu boala fânului:

„Ce-mi recomandaţi ca regim?

- ***Nici zaharoase, nici prea multe făinoase! De fapt combinaţia celor două vă face rău. Şi mai ales fără ciocolată!"*** (Lectura 5148-1)

Şi un caz de astm:

*„În regimul dumneavoastră, atenţie, nu prea mult zahăr. Ciocolată, deloc, nici produse care o conţin şi, mai ales, nu prea multe făinoase!" (*Lectura 3661-1)

Să-i ardem pe rug pe toţi producătorii de ciocolată? Nu, această branşă nu este lipsită de rost, sunt şi cazuri când ciocolata este totuşi utilă:

„Nu prea mult zahăr, cu siguranţă; dar uneori, să zicem o dată, de două ori pe lună, mâncaţi un pic de ciocolată bună. Va fi un aport util de energie şi de hidraţi de carbon". (Lectura 2737-1)

Când spune ***„ciocolată bună”,*** Cayce se referă la ciocolata amăruie, fabricată artizanal (mai puţin toxică, pentru că nu conţine zaharuri industriale). Se găseşte şi astăzi... Totuşi, „cacaua şi ciocolata conţin acid oxalic, contraindicat persoanelor predispuse la calculi renali; (...) din descompunerea lor în organism, rezultă acid uric şi de aceea trebuie evitate în caz de gută”. (Dr. Kousmine, ***Sauvez votre corps***, op. cit., p. 402) Să precizăm că Dr. Kousmine era elveţiancă, deci cunoştea ciocolata îndeaproape.

Îngheţata: când, cum, cât?

La capitolul „Îngheţată”, lecturile sunt îngăduitoare uneori:

„Seara, daţi-i să mănânce lucruri uşor de asimilat, de preferinţă şerbet de fructe. Îngheţatele şi şerbeturile sunt foarte bune pentru acest copil”. (Lectura 402-1, pentru un copilaş de 3 ani)

Bineînţeles că fabricarea industrială a şerbeturilor nu era atunci (în 1933) ceea ce a devenit astăzi. Erau încă şerbeturi de casă sau cel mult produse artizanal. Necazul este că, în general, se pune zahăr în îngheţată, Iată de ce entuziasmul lui Cayce nu era unanim. Cu toate acestea, unele fructe foarte dulci nu au nevoie de zahăr. Mă gândesc şi la îngheţata de mere verzi, cunoscută în Normandia, al cărei farmec este tocmai aciditatea. „Noua bucătărie” a inventat recent şerbeturile de legume, care găsesc amatori şi care n-au deloc nevoie de zahăr.

Dacă am înţeles bine lecturile lui Cayce, prezenţa fructului - şi a fructului proaspăt - în produsele artizanale ale epocii atenua inconvenientele zahărului

şi ale smântânii. În principiu, şerbeturile nu conţin smântână şi, prin urmare, sunt mai uşor de digerat; de aceea, ele sunt net preferate de Cayce.

„Seara, nu prea multă îngheţată. Preferaţi şerbeturile de fructe sau fructele glasate, care încă merg”. (Lectura 2315-1, pentru un obez)

Un alt aspect al îngheţatei, şerbetului sau parfeului este clima: în ţinuturile foarte calde, cum este sudul Statelor Unite, răcoritoarele sunt binevenite; iată de ce, cred eu, le recomanda Cayce. Altfel stau lucrurile cu clima noastră; în timpul iernii (şi iarna e lungă, la noi), îngheţatele pot cădea greu la stomac, blocând mecanismele digestive ale celor cu deficit termic. Unui copil de şase ani, atins de paludism, vara:

„Câte îngheţate vrei; îngheţate sau fructe glasate, e foarte bine; mai ales îngheţate de ananas şi portocale”. (Lectura 4281-6)

Altfel spus, un mod plăcut de dezintoxicare a copilului cu suc de citrice şi ananas (indicate în special pentru intestin). Pentru doi convalescenţi:

„La prânz, îngheţatele cu fructe vor fi excelente pentru dumneavoastră, tot timpul. Mai ales îngheţate de ananas”. (Lectura 461-1)

„Puteţi să-i daţi îngheţate acestui copilaş (de patru ani), ***căci îl vor întări”.*** (Lectura 2299-13)

Nu ştiu dacă Cayce ar mai recomanda aceste lucruri astăzi. Pe vremea sa, nu se cunoştea congelarea: lanţul frigorific nu invadase încă magazinele şi bucătăriile. Şerbetul, îngheţata se preparau acasă sau erau fabricate artizanal, de cofetarul din colţ. Fructele erau proaspete şi, în acele timpuri preistorice (!) ale consumului, nu se cunoşteau coloranţii, nici conservanţii, edulcoranţii sau aromele sintetice. Citatele de aici nu trebuie luate chiar ca

atare. Astăzi, biata gospodină care cumpără îngheţată din marile zone comerciale îşi hrăneşte copilul cu un produs mort, ale cărui puţine elemente naturale şi-au pierdut orice vitalitate stând în congelatoare. Există totuşi o soluţie: cumpăraţi-vă o şerbetieră şi preparaţi-vă şerbetul - sau îngheţata - singuri, cu fructe proaspete şi bune. Merită osteneala, pentru că această problemă a alimentaţiei este esenţială. Corpul medical actual redescoperă principiul „îţi sapi mormântul cu dinţii”, la care s-ar putea adăuga „şi îţi sapi dantura cu dulciurile” (rimează cu cariile!). Îngheţatele dulci, din comerţ, le asigură pâinea dentiştilor... Totuşi, în privinţa detaliilor, părerile diferă. De aceea este interesant să vedem ce spunea Cayce - el, care a reuşit să vindece mii de bolnavi (chiar pacienţi consideraţi fără leac).

Câteva deserturi nu prea rele

Cayce trece în revistă o serie întreagă de deserturi care se aflau în graţiile concetăţenilor săi. Curios, se pare că blanc-manger-ul (americanii îi spun „blancmange”) era foarte cunoscut la vremea aceea. În timp ce, pentru noi, este doar un desert între atâtea altele, el apare des citat în lecturi - iată un lucru pozitiv, căci revine la modă odată cu „Noua Bucătărie”!

Haideţi să ne reamintim cum se prepară: 500 g de migdale dulci şi 30 g de migdale amare, 1-2 linguriţe de apă de flori de portocal (aromă naturală de portocale, n.tr.), 75 g de gelatină, 500 ml apă şi, în fine, motivul pentru care figurează reţeta în acest capitol: 350 g zahăr (în reţeta tradiţională, nu se precizează de care).

Se curăţă migdalele şi se macină cu o râşniţă de cafea, apoi se adaugă apa puţin câte puţin (pe vremuri, se pisau migdalele într-o piuă aşa cum facem mujdeiul de usturoi). Pasta astfel obţinută se presează într-un tifon pentru a obţine sucul, adică „laptele” de migdale. (Acum, dispunem de alte mijloace tehnice: centrifuge şi tot felul de roboţi de bucătărie!) Se dizolvă gelatina în apă călduţă (în proporţia indicată pe ambalaj) şi se adaugă zahărul, aroma de portocale, laptele de migdale. Se amestecă foarte bine ca să nu rămână cocoloaşe, se toarnă totul într-o formă şi se pune la frigider. Ca să putem scoate prăjitura, se ţine fundul formei în apă călduţă. Această reţetă veche se aseamănă, în linii mari, cu spumele de fructe, care figurează acum în meniul tuturor marilor restaurante. Cayce este de partea acestor preparate care, conţinând gelatină, ajută la digestie. Atenţie, nu orice gelatină din comerţ! Este de preferat să o cumpăraţi din supermagazinele bio. Încurajând consumul de fructe, el recomandă călduros migdalele, pe care le consideră un medicament împotriva cancerului (V. ***Universul lui Edgar Cayce*** (Ed. Sagittarius, 1993), vol. I, p. 46-47).Nu e de mirare că Cayce recomandă acest tip de desert, deşi conţine zahăr:

„Seara, dacă mâncaţi dulce, mai bine să fie **blanc-manger,** ***adică un desert ale cărui zaharuri să poată fi asimilate uşor de către secreţiile gastrice din partea superioară a stomacului (...). Asta cu condiţia ca, totuşi, să vă drenaţi organismul complet aşa cum v-am recomandat”.*** (Lectura 882-2)

„Puteţi să-i daţi **blanc-manger,** ***asta o să-l întărească”.*** repetă Cayce pentru anemici.

Se combină zahărul cu carnea?...

Se practică destul de rar, în Franţa (cu excepţia vânatului, servit uneori cu dulceaţă de afine, bunăoară). Mai e şi raţa cu ridichi glasate (cu zahăr), gâsca servită cu castane, raţa cu piersici (sau portocale), caltaboşul cu mere, prepeliţa cu struguri etc., însă în general, nu se pune zahăr la aceste fructe dulci care garnisesc carnea.

În unele ţări (India, Maroc, de exemplu), sunt curente mâncărurile din carne îndulcite: cu miere şi stafide, ca *pastilla*, cu miere şi prune, ca unele „tajines”. Acestea sunt reţete tradiţionale care nu folosesc zahăr industrial, ci miere, fructe uscate sau fructe şi legume confiate în miere (ceapa, în Maroc), în aceste ţări sărace, unde lumea e mai sobră în alimentaţia zilnică, mesele de sărbătoare sunt excepţionale... Încât trebuie să bei ceai de mentă după ele!

Cayce apreciază că zahărul şi carnea, împreună, sunt greu de digerat. El include în zaharuri şi făinoasele, deci şi patiseria. Ei da, feculentele, cerealele, leguminoasele sunt hidraţi de carbon, deci zaharuri cu absorbţie lentă - chiar dacă sunt disimulate sub un gust sărat (*quiche lorraine* cu şuncă, pateuri rumenite, clătite umplute, foietaje cu fructe de mare, vol-au-vent etc.). În bucătăria noastră tradiţională, le consumăm din belşug, cu conştiinţa împăcată, convinşi că nu mâncăm mult „dulce”! Problema acestor amestecuri este acumularea de alimente care produc fermentaţii acide. Cayce nu este de acord cu ele. Astfel, unei bunicuţe extenuate îi spune:

„Nu consumaţi cantităţi mari de zaharuri, patiserie sau tarte în acelaşi timp cu carnea”. (Lectura 509-2)

Dacă adăugăm, aşa cum se obişnuieşte, corpi graşi, agravăm situaţia:

„Am ulcer la stomac?

- ***Nu. Tiroida vă provoacă tulburări în amestecul chilului cu sucurile gastrice. Sucurile gastrice, la dumneavoastră, sunt hiperacide, de aceea ele provoacă o iritaţie locală, Iată de ce ar trebui foarte puţine substanţe grase. Nu le excludeţi total, ci micşoraţi consumul de unt, patiserie, dulciuri... Dacă faceţi aşa, vor dispărea simptomele”.*** (Lectura 2680-1)

Dar majoritatea sortimentelor de carne sunt grase - de unde şi combinaţia dificilă cu zahărul. Tot mai mulţi nutriţionişti cred că aceste două tipuri de alimente pregătesc „aşternutul cancerului”. De câte ori prescrie un regim alimentar unui canceros, Cayce îi interzice zahărul şi, în majoritatea timpului, carnea:

„Drenaţi-vă organismul mai bine, modificând regimul alimentar. Fiţi rezonabil: evitaţi patiseria, prăjiturile, orice de genul acesta!” (Lectura 459-11)

Să ne reamintim şi lectura 569-16, din volumul al III-lea, unde Cayce îi spune unui canceros:

„Abţineţi-vă de la carne, căci ea v-a adus în halul ăsta”.

Dar putem face şi mai rău, desigur, mâncând totul laolaltă:

„Proteinele devin adesea toxice când sunt consumate alături de dulciuri”. (Lectura 404-4)

Altfel spus, când sunt combinate cu zahărul, proteinele (animale sau vegetale) devin indigeste

pentru majoritatea oamenilor al căror sistem digestiv este deja prea acid. Dacă se depăşeşte pragul critic, se produce îmbolnăvirea, Iată o pacientă ale cărei intestine iritate se răzvrătesc:

„Când mâncaţi dulce, nu mai mâncaţi şi altceva; adică nu împreună cu atâtea alte lucruri! Dulciurile (care aduc totuşi elemente necesare sănătăţii) devin şi mai dăunătoare când sunt consumate alături de făinoase. Dar dacă ţineţi neapărat să aveţi carne şi dulciuri la aceeaşi masă, ele sunt de preferat combinaţiei dintre carne şi făinoase. Cantităţi foarte mici de pâine cu dulciuri aveţi voie** - **dar nu exageraţi! Este un simplu avertisment”. (Lectura 416-9)

Cayce voia să prevină, la această pacientă, un cancer de intestin (cancerul preferă organismele care sunt slăbite de mult timp!)

Unui alt pacient, Edgar Cayce îi va îngădui (cu regret!) combinaţia came-dulciuri, cu condiţia să renunţe la ce era mai rău: carne-feculente. Neputând să le ceară bolnavilor săi să-şi corecteze pe loc toate erorile alimentare, el sacrifică o luptă ca să nu piardă războiul, începând cu ceea ce este mai urgent:

„Nu mai mâncaţi atâtea dulciuri cu pâine albă! Dar puteţi mânca, la aceeaşi masă, carne şi zahăr. În cazul dumneavoastră, nu atât ceea ce mâncaţi, cât combinaţiile alimentelor consumate uneori vă fac rău. Trebuie atenţie!” (Lectura 1151-2)

Această tactică poate funcţiona provizoriu, cât boala nu este foarte gravă... Ne lovim astfel de eterna problemă, pe care Cayce o aminteşte constant: indispensabilul echilibru al pH-ului, adică echilibrul dintre aciditate şi alcalinitate în mediul digestiv:

„Fiţi atent la ce mâncaţi! Să consumaţi mai mult alimente care produc alcalinitate! Fără prea multe dulciuri! Acestea pot uneori să vă provoace tulburări, cu crize de spasme, dacă în sistemul digestiv apare cel mai mic exces de aciditate; totuşi, dacă [mediul digestiv] ***este alcalin, zaharurile nu vor fi chiar atât de dăunătoare”.*** (Lectura 978- 1)

Cazul următor se referă la o boală care nu era încă luată în consideraţie pe atunci (1936): depresia nervoasă. Multă cerneală a curs de un secol încoace pe această temă, fără să se găsească totuşi cauza fundamentală a tendinţelor depresive. Cayce, în acest caz, pare să acorde multă importanţă regimului alimentar, Iată-l pe consultantul 416-9, un domn de treizeci de ani, care „se amărăşte” (cum spune atât de bine înţelepciunea populară!):

„Care sunt alimentele pe care trebuie să le evit?

- E vorba mai ales de combinaţii alimentare nefaste, care dezechilibrează sănătatea fizică a majorităţii oamenilor - e şi cazul dumneavoastră. Ţinând cont de activităţile dumneavoastră şi de condiţiile în care trăiţi, ar fi mai bine să ţineţi un regim alimentar care să alcalinizeze mediul digestiv”. (Lectura 416-9)

„Supradoza de zahăr se elimină greu: nu veţi mai mânca zahăr până nu veţi drena organismul cum trebuie! Sunt prea mulţi hidraţi de carbon!” (Lectura 81-2, pentru un caz de proastă dispoziţie datorată constipaţiei, la care s-a ajuns din cauza stresului!)

Zahărul în exces epuizează organele digestive, îmbâcsindu-le, căci el anulează efectul vitaminelor. Dacă mâncăm mult zahăr, vom avea nevoie de şi mai

multe legume şi fructe, ca să reechilibrăm pH-ul intern şi să ne recăpătăm optimismul:

„Atenţie, nu vă îndopaţi cu dulciuri. Consumaţi doar atât cât trebuie ca să menţineţi echilibrul cu legumele, provocând o fermentaţie suficientă pentru stimularea mecanismelor digestive - dar fără a depăşi procentajul acceptabil. Tarte, prăjituri cu fructe, chifle umplute etc., da. Nu numai prăjituri simple”. (Lectura 549-1, pentru un caz de tulburări intestinale cronice)

Fructul salvează potul

Înainte de a fi citit lecturile despre zahăr, mă simţeam mult mai „vinovată” când gustam dintr-un borcan cu dulceaţă decât când mâncam un *quiche* cu şuncă. Acum, este invers... căci, după Cayce, prăjiturile care conţin fructe sunt mai digerabile, fibrele vegetale reechilibrează făinoasele şi zahărul. Deci, trăiască tartele, prăjiturile cu vişine, colţunaşii cu mere, spumele de fructe, şarlotele cu fructe etc., răscumpărate de prezenţa fructelor! (Pe scurt, idealul ar fi Tarte Tatin, fără aluat şi fără zahăr!) Dacă Cayce nu declară război dulceţurilor, este pentru că ele conţin atâta fruct cât zahăr:

„Ce gen de dulciuri pot mânca?” întreabă o femeie însărcinată.

„Dulceţuri făcute cu zahăr din sfeclă, mai bine decât din trestie. Nu mâncaţi prea mult, deşi dulciurile sunt necesare: avem nevoie de ele ca să stimulăm sucurile digestive care permit refacerea organismului, căci zaharurile provoacă fermentaţii care stimulează activităţile digestive”. (Lectura 808-3)

Iată o lectură scurtă, făcută pentru un adult de 48 de ani, cu tendinţe diabetice:

„Nu poate fi vorba, în cazul dumneavoastră, să renunţaţi total la zaharuri (...). Dar alegeţi-le pe cele naturale, conţinute de fructe - de exemplu, fructe confiate”. (Lectura 470-19)

Cayce n-a vrut niciodată să spună că trebuie să eliminăm aciditatea complet, Iată de ce trebuie puţin zahăr:

„Trebuie să menţinem aciditatea (în tubul digestiv), să stimulăm fluxul sucurilor gastrice, care este acid; şi anumite alimente răspund de asta”. (Lectura 1201-1)

„Ce regim trebuie să-i dau în fiecare săptămână şi în ce cantitate?” întreabă mama unui băiat de 11 ani.

„Aşa cum am spus mereu, alimente care ajută la reconstrucţia organismului şi, în acelaşi timp, menţin echilibrul vitaminic. Sunt mult mai eficiente decât vitaminele cumpărate de la farmacie! Sunt cele mai bune alimente. Daţi-i-le în cantităţi suficiente pentru a satisface foamea acestui mic organism care se află în plină creştere şi deci are nevoie de vitamine A, B, C şi D (...). Pregătiţi-i un regim care să clădească organismul său tânăr. Fără prea multe zaharuri, dar este totuşi nevoie de ele. Pot fi sub formă de siropuri, de preferinţă, care aduc energie acestui corp în plină creştere”. (Lectura 1188-12)

Lectura surprinde, dar se încadrează perfect în logica cayciană: zahărul este mai puţin periculos dacă este însoţit de fructul însuşi. De aceea Cayce este indulgent cu siropurile, băuturi în care zahărul dizolvat permite conservarea sucului de fructe, după ce s-a fiert totul. Conservarea este condiţionată, bineînţeles, de

închiderea ermetică a vasului sau, dacă este cazul, de păstrarea la rece. Siropul de zmeură, de exemplu, se face astfel: se zdrobesc fructele, se lasă la scurs o jumătate de zi (sucul se poate obţine şi folosind un zdrobitor de legume cu găuri foarte fine, ca să reţină seminţele). Se adaugă apoi câte 1,5 kg de zahăr pentru fiecare litru de suc şi se pune la fiert. La sfârşit, se ia spuma şi se pune în sticle.

Siropurile şi sucurile reprezintă o combinaţie digestă între zahăr şi fructe (siropuri de coacăze, zmeură, portocale, mere, gutui, cireşe, ananas, căpşuni... de orice!).

Totuşi, cum fabricarea tradiţională a siropurilor foloseşte fierberea - care distruge majoritatea vitaminelor, putem prepara siropuri crude, care sunt excelente: siropul de zahăr se fierbe, se lasă la răcit, se adaugă suc de fructe proaspete, stoarse chiar atunci. Sau fără foc: se pune zahărul (pudră sau cubic) peste sucul de fructe cu puţină pulpă. Apariţia congelatoarelor (sau a compartimentului de congelare al oricărui frigider) a schimbat mult modul nostru de alimentare, pentru că nu mai este nevoie de fierbere pentru conservare. Congelăm, pur şi simplu! Pe vremea lui Cayce, congelatorul de uz casnic nu era încă răspândit. Siropurile, şi mai ales siropurile fierte, sunt foarte uşoare şi tonice:

„***Dimineaţa, puţin sirop, căci vă trebuie hidraţi de carbon!”*** (Lectura 2376-2, pentru o tânără femeie anemică)

„Dulciurile” sunt necesare, dar trebuie consumate numai în cantitate foarte mică, şi trebuie să fie zaharuri naturale ca siropul de arţar sau mierea. Înţelepciunea populară este elocventă: în bucătăria chinezească sunt foarte puţine preparate dulci; în

Orientul Mjlociu, unde le întâlnim însă din belşug, sunt specialităţi pe bază de miere. Pr. Robert Lombardi, citat deja, care cercetează etnomedicina comparată (de pildă, tradiţia japoneză), afirmă următoarele:

„Unul din marile merite ale lui Oshawa este de a fi sesizat şi prevăzut, de mult timp, primejdiile (alimentare) care ne ameninţă: în primul rând, zahărul. El a combătut vehement zahărul „chimic” şi chiar tot ce este dulce moderat: fructele, mierea. Ceea ce putea trece, pe atunci, drept ciudăţenia unui bătrân oriental a fost confirmat, după mult timp, de nenumăraţi medici şi dieteticieni”.

Iar Dr. Kousmine:

„În Statele Unite, se crede că dereglările alimentare, foarte asemănătoare cu ale noastre, răspund de cele mai frecvente cauze de deces, în număr de şase, între care bolile cardiovasculare, cancerul şi tulburările datorate obezităţii. Ele reprezintă un pericol la fel de mare ca tabagismul, pe care-l agravează. Prea multe grăsimi, prea multă carne, prea mult zahăr, prea multă sare de bucătărie, prea multe conserve, prea puţine produse naturale şi proaspete etc. caracterizează obiceiurile alimentare moderne”.

Despre sucurile de fructe neîndulcite, am vorbit deja în volumul al III-lea (capitolul „Fructe speciale”). Aceste zaharuri naturale au o acţiune extrem de eficientă în combaterea diverselor boli, în special a obezităţii. Cayce a făcut o mulţime de lecturi pe această temă, recomandând neîncetat consumarea ***„zaharurilor naturale, cu tot cu fructul care le conţine”.***

Închei acest capitol evocând, dintre fructele uscate, stafidele, pe care Cayce le recomandă în cel

mai înalt grad. El le propune pentru combaterea obezităţii, constipaţiei, astmului, reumatismului etc. Nu găsim un număr comparabil de lecturi despre celelalte fructe uscate (prune, curmale, smochine, banane etc.), pentru că în America acelui timp nu se prea consumau. Dar ţinând cont de îndemnurile repetate privind consumarea fructelor (vezi volumul al III-lea), suntem siguri că fructele uscate sunt cea mai recomandabilă sursă de substanţă dulce! Ele sunt uscate la soare, printr-un procedeu natural, aşa cum recomandă şi dietetica cayciană! Iată însă marea problemă, despre care am vorbit pe larg şi în capitolele precedente: găsirea în comerţ a fructelor naturale... Şi a siropurilor care mai conţin o urmă de fruct! Citiţi etichetele cu atenţie şi cereţi suc de fructe „100% natural, care nu conţine coloranţi sau conservanţi”, de preferinţă cu menţiunea „AB” (agricultură biologică).

Un tratament eficient împotriva obezităţii

Voi reveni la acest subiect pentru că, astăzi, se pune o problemă arzătoare pentru mulţi dintre cititorii mei: obezitatea. Că se datorează în primul rând stresului, nu e nici o îndoială; poluării aerului şi alimentelor, idem. Dar Cayce spune că ea este generată mai ales de erori alimentare: nefaste combinaţii de alimente. Li se spune obezilor: „nu mâncaţi dulce”. Dar ei au totuşi nevoie de dulce - iar pofta lor e cu atât mai greu de reprimat cu cât se datorează unei dereglări a glandei tiroide, cum spune Cayce în lectura 2336-1.

Soluţia? Zahărul natural, uşor asimilabil, din fructe foarte dulci ca strugurii, coacăzele negre şi albe, cireşele etc. Iată alte lecturi despre acest subiect, care

le vor completa pe cele amintite deja în volumul al III-lea (p. 137 şi următoarele):

„V-aţi îngrăşat, aţi luat în greutate, ceea ce nu este bine pentru dumneavoastră. Dar dacă vreţi, din această lună, treceţi la regimul următor şi o să vedeţi că vom da jos kilogramele în plus, fără să punem în pericol sănătatea, şi veţi putea să vă refaceţi forţele. Este un regim de o lună, pe care-l veţi opri câteva săptămâni, iar după aceea îl veţi relua. Trebuie să beţi 3/41 de suc de struguri cu 1/41 apă curată, cu un sfert de oră înainte de fiecare masă şi seara, înainte de culcare.

În acelaşi timp, nu mai mâncaţi dulciuri, ci mai mult legume proaspete, gătite şi crude, şi nu prea multă pâine - ***cu excepţia pâinii complete.***

În afară de sucul de struguri, regimul mai cuprinde câteva proceduri fizice: la început, masaţi-vă tălpile cu ulei, expunându-le la lumină (solară sau artificială). Asta o să vă aline durerile de genunchi şi călcâie. Ca exerciţiu, întindeţi- vă pe jos şi faceţi „bicicleta", cu gambele sus. În felul acesta veţi ajuta activitatea membrelor inferioare. Apoi, puţin câte puţin, ridicaţi gambele şi tot corpul deasupra capului, pentru modificarea circulaţiei (Poziţia „stând pe omoplaţi" sau „lumânarea". (N.tr.)). ***Faceţi asta dimineaţa şi seara*** - ***dar cu regularitate".*** (Lectura 2514-15, pentru o femeie de 25 de ani, cu tendinţă la obezitate şi o circulaţie proastă)

Aceeaşi recomandare făcută mai multor persoane, bărbaţi şi femei, aflate în diverse stadii de obezitate:

„Sunt oare prea gras?"

„Evitaţi carnea şi beţi suc de struguri înainte de mese şi seara, înainte de culcare; cam o jumătate de litru cu un sfert de litru de apă curată - exact înainte de masă. Asta o să vă taie pofta şi nevoia de mese prea încărcate. Procedând astfel, veţi slăbi fără efort, pe deasupra regularizând funcţionarea organismului. Căci asta va reduce excesul de zahăr. Sucul de struguri, deşi conţine zahăr, se ***deosebeşte de alte alimente dulci; el va provoca o reacţie mult mai bună în tubul digestiv. Nu beţi numai o dată sau de două ori pe zi, ci de trei-patru ori şi, e important, în fiecare zi timp de o lună. O să vedeţi diferenţa!”*** (Lectura 1170-3)

„Cât despre creşterea în greutate, ea poate fi controlată datorită sucului de struguri - e mai eficient decât orice alt regim. Singura condiţie este să evitaţi excesul de feculente şi de dulciuri”. (Lectura 470-32)

„Răspunzând scrisorii dumneavoastră, pentru ca soţul să nu devină obez, veţi recurge la sucul de struguri. Doza este de trei sferturi suc şi un sfert apă într-un pahar, de patru ori pe zi: înainte de mese şi la culcare. Dacă îl suportă, se va dovedi foarte eficient şi va permite eliminarea deşeurilor. Asta o să-i taie pofta de dulciuri şi de făinoase şi o să-l ajute să-şi menţină o greutate rezonabilă. Când nu găsiţi suc proaspăt, folosiţi marca Welch. (Marcă americană a epocii. Cititorii noştri vor găsi echivalentul în sucul de struguri produs de agricultura biologică (garantat de eticheta „AB”). Există mai multe mărci excelente.)

- Sucul de struguri Welch este preparat fără conservant, adică benzoat de sodiu?

*- **Da, fără benzoat de sodiu. E fructul curat.***

- Feculente le şi dulciurile trebuie eliminate complet din regim sau pot fi tolerate, şi dacă da, în ce măsură?

*- **Dacă soţul dumneavoastră bea suc de struguri, aşa cum i s-a prescris, asta o să-i aducă zahăr, şi tipul de zahăr care lucrează eficient în organismul său. Are nevoie de asta, înţelegeţi? Şi o să-i taie pofta de a se mai îndopa cu dulciuri şi făinoase. Nu trebuie să le evite complet, nu, pentru că ele îi aduc caloriile necesare organismului; dar dacă o să bea suc de struguri, şi nu din când în când, ci cu regularitate, ca regim, o să-i scadă nevoia, pofta de alte zaharuri şi de făinoase. Şi dacă îşi controlează pofta de mâncare, e din nou stăpân pe situaţie!”** (Lectura 470-19)*

Această lectură lungă răspunde la scrisoarea doamnei 1100, soţia domnului 470, care este îngrijorată de faptul că vine iarna; Cayce i-a prescris struguri soţului ei şi, odată cu trecerea toamnei, nu va mai găsi struguri proaspeţi pe piaţă. Ce să facă? Să cumpere suc de struguri la sticlă? Şi dacă da, care sunt cele mai naturale (fără coloranţi, conservanţi, adaos de zahăr sau arome artificiale)? Răspunsul lui Cayce arată aşadar că această cură se poate ţine tot anul - iarna, sucul de struguri sută la sută natural, adică „bio”, la sticlă.

La ora actuală, cititorii mei pot găsi struguri tot anul. Cum ne aflăm într-o ţară viticolă şi vecină cu Italia şi Spania, unde iarna vine mai târziu, găsim struguri proaspeţi până la sfârşitul lui decembrie. După

aceea, în lunile de iarnă, vin strugurii din Africa de Sud, Israel, Chile. Toată lumea a remarcat că sunt mai scumpi şi nu aşa de gustoşi...

Dar Cayce nu vede cu ochi buni fructele şi legumele aduse din ţinuturi foarte îndepărtate: obligatoriu, sunt tratate (şi foarte tratate) ca să ajungă până la noi, îşi pierd vitalitatea pe drum şi, în fine, vibraţiile lor (sol, aer, etnie...) nu sunt acordate cu ale noastre!

În ceea ce mă priveşte, nu depăşesc Antilele şi Africa francofonă... Ţinuturi cu care avem legături culturale. Şi numai pentru ananas, mango, banane... Cât priveşte strugurii, iarna mă mulţumesc cu sucul de struguri bio (un deliciu, mai ales cel de muscat).

Apoi aştept primii struguri proaspeţi din sudul Italiei. Şi mai fac o „şmecherie”: las o noapte, în apă, stafide bio (Corint, Smirna şi mai ales Malaga), iar dimineaţa beau acel suc. Este delicios (şi foarte eficient împotriva rotunjimilor excesive!).

Da, se poate scăpa de reumatism

Am văzut deja multe lecturi unde Cayce afirmă că reumatismele se hrănesc cu zahăr. Cred şi eu că le prieşte: se îngraşă pe spinarea noastră, ţinând cont de numărul actual al victimelor. În cazul când acest aspect le-ar fi scăpat cititorilor mei, regrupez aici câteva lecturi şocante, despre nemiloasele dihănii care ne rod oasele...

Cayce i-a spus într-o zi unei reumatice a cărei artroză era întreţinută de dulciuri:

„Atenţie, nu prea multă patiserie, nici dulciuri. Dacă totuşi vă este poftă, alegeţi

zahărul din sfeclă sau zaharina; e mai bine decât zahăr din trestie”. (Lectura 838-3).

Această lectură poate surprinde prin recomandarea zaharinei. Am vorbit mai înainte despre această substanţă, care nu mai poate fi recomandată astăzi. Cât despre zahărul din trestie, am văzut în capitolul precedent câte parale face.

Unui alt reumatic:

„Atenţie, nu beţi prea mult ceai sau cafea. Consumaţi cel puţin un pahar mare de lapte, în fiecare zi, de preferinţă seara. Şi când îl încălziţi, fără să-l aduceţi la fierbere, puneţi-i o linguriţă de miere, asta o să vă facă tare bine”. (Lectura 2816-1)

...Bineînţeles, cu rezerva de a controla calitatea laptelui (vezi capitolul corespunzător) şi de a fi siguri că persoana în cauză suportă laptele. Acesta poate juca un rol sedativ şi ne ajută să adormim - ca şi mierea, cum vom vedea mai departe.

Iată o lectură amplă, sub forma unui dialog cu domnul 849, de 33 de ani, care suferă deja de reumatism pentru că se îndoapă cu dulciuri! Ceea ce nu ştie marele public este că multe reumatisme se agravează prin consumul de bomboane, prăjituri, ciocolată:

„De ce am această durere violentă la genunchi? Şi când se manifestă, ce trebuie să fac?

- ***Vă doare pentru că, înăuntru*** (în articulaţii) se ***rup cristalele*** (despre care am vorbit). ***Asta se întâmplă când vă e frig, dar frigul reprezintă doar momentul şi nu cauza. Adevărata cauză este un exces de dulciuri.***

- *Dar atunci când mă apucă durerea, ce trebuie să fac ca să-mi treacă?*

- ***Renunţaţi la dulciuri şi faceţi purgaţii!***

- *Nici o altă recomandare privind regimul decât să renunţ la dulciuri?”*

„Prea multe dulciuri, aşa cum vi s-a spus deja! Trebuie mai multe fructe, mai multe legume. Mâncaţi toate felurile de fructe!

Acelaşi consultant caută disperat o portiţă (dulce) de scăpare:

„Dar ce dulciuri am voie sau măcar care sunt cele mai bune pentru organism?”

„Miere”, îngăduie Cayce, ***„şi tot ce este făcut cu miere. Dar nu zahăr din trestie, nu prăjituri, nu tarte. Nu vă atingeţi de ele decât foarte rar!”*** (Lectura 849-54)

Morala acestui dialog susţinut: dacă misoginia galopantă le atribuie bătrânelor singure pasiunea pentru dulciuri, trebuie totuşi să recunoaştem că acest virus nu iartă nici o categorie de vârstă. Bătrânele nu sunt singurele cliente ale cofetarilor. Sunt şi sărmanii bărbaţi... ca domnul 849!

Dacă poliartrita evolutivă şi toate felurile de reumatism sunt unul din marile flageluri ale lumii occidentale, în schimb vindecarea este la îndemâna bolnavilor, chiar în farfurie! Iată alt caz de reumatism:

„Mâncaţi puţine dulciuri, cu excepţia mierii din faguri.

- *Acest tratament, dacă este urmat serios, poate fi considerat o cură permanentă* (împotriva artritei)?

- ***Asta depinde de poziţia bolnavului, dacă revine sau nu la ceea ce a provocat aceste reacţii*** (artrita). ***Să evite excesul de dulciuri, şi durerile vor dispărea: da, în mare, este o cură*** (de dezintoxicare!) ***permanentă!”*** (Lectura 2392-1)

Nu avem de-a face cu o boală care să se vindece din prima încercare, cu o tabletă roz. „Boala reumatismală”, artrita, artroza apar pe un teren slăbit. Organismul este ca un ogor care trebuie continuu îngrijit, curăţat, săpat, udat etc. Dacă este lăsat în paragină, se dezechilibrează. Cei care sunt dispuşi să facă acest efort, să-şi dreneze terenul, scapă definitiv de reumatism; am multe dovezi în acest sens.

Dacă te ajuţi singur, şi mierea te va ajuta (Am preluat acest titlu din lucrarea lui Jean-François Chezeries, La Santé par le Miel / Mierea pentru sănătate, M.A. Editions, 1982)

Foarte rezervat faţă de dulciurile pe bază de zahăr, aşa cum abia am văzut, Cayce binecuvântează toate soiurile de miere.

Bineînţeles, cu precizarea de a fi miere naturală, produsă de un apicultor biologic şi obţinută fără încălzire şi adaos de zahăr. Mierea ajunsă pe masa dumneavoastră nu mai trebuie încălzită (de exemplu, n-o puneţi în ceaiul clocotit, pentru că o să-şi piardă majoritatea calităţilor)

Iată câteva lecturi despre acest produs fundamental.

Mamei unui băiat de 11 ani care suferă deja de constipaţie (boala secolului...şi suntem abia în 191!):

„Domnule Cayce, recomandaţi-mi un regim alimentar pentru fiecare săptămână - precizând cantităţile”.

- ***Aşa cum v-am spus deja, trebuie să vă orientaţi spre alimentele care clădesc organismul, asigurând raţiile de vitamine necesare, în loc să le căutaţi într-un produs***

farmaceutic! Hrana vie, plină de vitamine, este cea mai bună, cu condiţia să-i daţi [băiatului] ***cantităţi suficiente, pe măsura poftei de mâncare a acestui corp în plină creştere! Un adolescent are nevoie de cantităţi de vitamine A, B, C, D, pe care trebuie să le ia din asimilarea hranei obişnuite. Trebuie să nu fie nevoie de folosirea vitaminelor concentrate sub formă de pilule!***

Gândiţi-vă la asta când îi alcătuiţi meniurile; el trebuie să-şi clădească un corp sănătos. Şi, deci, nu prea multe zaharuri. Totuşi, are nevoie şi de dulce: de preferinţă, sub formă de miere". (Lectura 1188-10)

Pentru alt băiat care suferă de tulburări digestive mari:

„Organismul lui suportă dulciurile? Şi în ce cantitate?"

- ***Nu prea multe. Şi dacă trebuie să mănânce zahăr, atunci să fie, mai degrabă, miere".*** (Lectura 2157-2, făcută în 1941)

Aceeaşi recomandare pentru un hepatic, care suferă şi de rinichi:

„Ar trebui să vă mobilizaţi imediat: vegheaţi-vă sănătatea și, până la restabilirea acesteia, limitaţi dulciurile - cu excepţia mierii, care este foarte bună pentru dumneavoastră". (Lectura 4682-1)

Nu doar micuţii - ursuleţii, bunăoară - au nevoie de miere, ci şi viitoarele mame.

„Ce gen de dulciuri îmi sunt permise?

- ***Miere, şi mai ales miere din faguri. Desigur, nu în cantitate mare. Însă de zahăr, care aduce energia necesară digestiei în stomac,***

este nevoie pentru clădirea organismului; el va provoca fermentaţiile indispensabile proceselor digestive". (Lectura 808-3, pentru o tânără femeie, a cărei sarcină îi mai face probleme - aşa cum se întâmplă aproape întotdeauna.)

Iată acum un băieţel care este, sărăcuţul, deja atins de psoriazis:

„Ce dulciuri să mănânce?

- ***Numai miere şi ceea ce este preparat pe bază de miere".*** (Lectura 148-1)

O fetiţă de 12 ani este zguduită de crize de epilepsie. Familia ei află, de la Cayce, că un regim alimentar adecvat ar putea să-i amelioreze starea în mod considerabil.

„Nu-i daţi cantităţi mari de zaharuri. Majoritatea dulciurilor, indiferent de prezentare, ar trebui să fie fructe sau miere de pe faguri - dar niciodată în cantităţi mari". (Lectura 2153-2)

O altă lectură, făcută ceva mai târziu pentru aceeaşi domnişoară 2153, revine asupra acestui subiect, adică importanţa alimentaţiei în tratamentul epilepsiei:

„Putem să-i dăm făină de topinambur ca să înlocuim dulciurile de care îi este aşa de poftă?

- Se poate, dar o să-i provoace reacţii prea violente la plămâni şi rinichi.

Dacă vreţi să-i daţi zahăr, daţi-i, mai bine, miere şi produse derivate. O dată pe zi, de exemplu, dimineaţa devreme, o linguriţă (nu o lingură!) de miere şi o să-i treacă pofta de alte dulciuri!" (Lectura 2153-4)

O altă fetiţă de 12 ani, atinsă de tumori şi diverse alte afecţiuni, este într-o stare generală foarte proastă:

„Ce tip de dulciuri să-i dăm ca să-i treacă pofta?

- Ceea ce va suporta organismul ei; nu mai este copil mic! îi trebuie miere şi, de preferinţă, miere în fagure, s-o mănânce cu tot cu fagure”. (Lectura 632-8)

În loc să vă îndopaţi copiii cu bomboane şi dulciuri servite între brânzeturi şi fructe, daţi-le miere... Ţinând cont de numărul lecturilor în care Cayce o recomandă unui copil, putem conchide că este un aliment foarte important pentru creştere. Cât despre mierea de pe faguri, se poate găsi cu uşurinţă pe pieţele bio (unde chiar apicultorul o recomandă!). Ea conţine un foarte mare număr de oligoelemente, substanţe nutritive, între care lăptişorul de matcă.

Trăiască apiterapia

... sau „terapia cu miere”! în afară de puterea sa energetică, se ştie încă din antichitate că mierea tratează o serie de afecţiuni.

„Atleţii din Grecia antică nu intrau niciodată pe stadion fără să consume o raţie considerabilă de miere. Stă mărturie această frază din răspunsul lui Polian către Cezar, când este felicitat pentru împlinirea vârstei de 100 de ani: „Elixirul e simplu: miere pe dinăuntru şi ulei pe dinafară!”

I se recunoaşte o acţiune foarte pozitivă „asupra digestiei, datorită proprietăţilor antiseptice, iar acţiunea ei asupra florei intestinale este remarcabilă, mai ales la sugari”. În deplin acord cu Cayce! Mierea este cunoscută pentru acţiunea ei de somnifer şi sedativ:

„Beţi lapte cu miere înainte de culcare, cum se obişnuia altădată”. (Lectura 1539-1)

Mierea are o acţiune importantă asupra sistemului nervos - iată de ce calmează spasmele tusei şi rezolvă insomniile. În epoca noastră de stres, ar trebui să recurgem la ea mai des.

„Ce să fac ca să domn mai bine?

- Eliminaţi toxinele şi încordarea, tot ce oboseşte sistemul nervos, aşa cum am spus deja. Asta o să vă ajute să dormiţi.

La început, dacă suferiţi de insomnie, beţi un pahar de lapte cald în care dizolvaţi o linguriţă de miere!” (Lectura 2050-1)

Puteţi înlocui laptele cu o infuzie de tei, care este la fel de eficientă! Tot pentru insomnie:

„După ce veţi începe tratamentul osteopat - dar nu înainte - ar trebui să beţi în fiecare seară, înainte de culcare, cam o ceaşcă de lapte cald (nefiert, de preferinţă), în care să dizolvaţi o linguriţă de miere curată. Nu-l fierbeţi, ci doar încălziţi-l puţin şi amestecaţi bine. Nu începeţi acest regim înainte de a vă drena complet organismul, după recomandările făcute”. (Lectura 2057-1 pentru o femeie de 52 de ani, a cărei insomnie se datora, spune Cayce, unei acumulări de toxine).

Pe vremea bunicilor noastre, mierea intra în compoziţia unui mare număr de băuturi sau preparate destinate bolnavilor. La noi, există încă, pe lângă obiceiul paharului de lapte cu miere, tradiţia grogului (miere, lămâie, alcool) servit rece, cu cuburi de gheaţă, sau cald, când se flambează alcoolul; se face, de asemenea, vin din miere (apă, miere, drojdie pentru pâine, oţet din vin).

Altă variantă: un ou bătut cu miere, numit odinioară „lapte de pasăre”.

„Pentru a diminua secreţia de mucus, calmând iritaţia membranelor, care vă provoacă tusea, iată o băutură pe care să o luaţi de 2-3 ori pe zi - puteţi dubla doza, dacă vreţi: se bate un albuş până se face spumă tare, se adaugă o linguriţă de miere şi zeama de la o lămâie, adică 1-2 linguri de supă, şi se ***bate în continuare. O să vă repuneţi în funcţiune sistemul digestiv dacă, după acest preparat, veţi consuma suc de fructe şi legume; (...), păstrând o alimentaţie semilichidă".***

Recomandarea lui Cayce este cu atât mai binevenită cu cât, atunci când ai gâtul umflat, nu poţi înghiţi nimic solid; lectura mai spune că pacienta avea şi probleme intestinale.) Ea mai întreabă:

„Ce diferenţă este când mănânci un albuş crud sau unul gătit?

- Depinde de organism şi de modul în care îl consumaţi. Căci, aşa cum am spus, în cazul nostru, albuşul de ou nu e bun. Dar dacă este bătut bine şi amestecat cu miere şi lămâie, se produc reacţii complet diferite: acest amestec acţionează curativ nu numai asupra mucoaselor sistemului digestiv, dar şi asupra întregului sistem limfatic, furnizând energia care să-l dinamizeze. Circulaţia limfei se normalizează astfel odată cu producerea de noi celule sanguine, ceea ce se întâmplă şi când se consumă gălbenuş de ou. Sistemul digestiv are nevoie de o anumită cantitate de alimente acide, nu trebuie să se alcalinizeze complet". (Lectura 808-4)

Iată comentariile tinerei femei după ce a aplicat recomandarea de mai sus: „Timp de trei ore am

încercat să fac flegmonul (abcesul din gât) să scadă. Abia puteam să vorbesc. Imediat după ce am luat trei linguriţe din amestecul prescris de Cayce, abcesul s-a deschis şi l-am scuipat. După câteva ore, s- a format un nou abces: am luat-o de la capăt şi a mers, deşi, de data aceasta a durat ceva mai mult, două sau trei minute. A doua zi, angina trecuse şi, de atunci, totul merge bine".

Un alt caz similar: o tânără femeie care are gripă, Iată ce-i recomandă Cayce:

„În toate cazurile de gripă sau angină, v-ar trebui un expectorant, adică un preparat care să vă ajute să eliminaţi mucusul acumulat în gât. Iată ce trebuie să faceţi: luaţi un ou care să nu fi stat în frigider, separaţi albuşul de gălbenuş, bateţi albuşul şi adăugaţi:

- Zeama unei lămâi, încorporată picătură cu picătură

- o linguriţă de miere, încorporată tot aşa, puţin câte puţin

- cam trei picături de glicerină, puse una câte una. şi la urmă, bateţi energic totul. La intervale de 2-3 ore, luaţi câte o linguriţă din acest amestec. Asta o să vă vindece de angină, răceală, dezumflând gâtul şi degajând căile nazale, bronhiile şi laringele. O să vedeţi ce bine vă face!" (Lectura 845-3, făcută în 1936)

Miere de hrişcă sau de trifoi?

Mierea fiind un medicament, este nevoie de precizări:

„La începutul acestui regim, puţine dulciuri, cu excepţia mierii şi mai ales a mierii de pe

fagure** - **de preferinţă, miere de hrişcă sau de trifoi”. (Lectura 85-1, făcută pentru un pacient astmatic, al cărui organism avea nevoie de o drenare - aşa cum se întâmplă în majoritatea cazurilor analizate de Cayce!)

Detalii suplimentare privind diferitele soiuri de miere:

„În ceea ce priveşte mierea şi fagurele, acestea ***sunt parţial de aceeaşi natură. Deci le puteţi consuma în cantităţi mici fără să vă temeţi de nimic, dar ar trebui să fie miere de hrişcă sau de trifoi, mai degrabă decât mierea de alte flori sau plante”.*** (Lectura 953-21, făcută pentru un diabetic căruia îi era interzis complet zahărul.)

Această lectură face deosebire între soiurile de miere: ele au calităţile speciei botanice din care au cules albinele. Mierea de hrişcă, produsă în ţinuturile reci şi acide (şi, odinioară, la noi în Bretania) nu va avea în nici un caz aceleaşi proprietăţi ca mierea de tei, de brad, polifloră, de cimbrişor parfumat din Provence. Gama soiurilor de miere pe care le-am găsit în Statele Unite era net mai săracă decât la noi. Dar am găsit acolo delicioasa ***miere de hrişcă***, mierea maronie de care vorbea Cayce. Cât despre mierea de pe fagure, o găsiţi oriunde, pe pieţele „bio”. Trebuie să citiţi etichetele cu atenţie, ca să aveţi garanţia „agriculturii biologice”. Dacă nu, mierea pe care o luaţi poate să conţină adaosuri de zahăr industrial... sau Dumnezeu mai ştie ce.

Diversele soiuri de miere citate de Cayce nu sunt foarte variate; noi avem un registru naţional şi european mult mai întins: mierea de rapiţă, levănţică, tei, cimbrişor, soponel, dulcişor, rozmarin, mur, pin,

portocal, salcâm, iarbă-neagră, castan... şi altele. La noi, fiecare regiune are mierea ei!

„Îmi face bine să mănânc zahăr?

- Singurul zahăr îngăduit pentru dumneavoastră este mierea CU TOT CU fagure”. (Lectura 1512-2, pentru o artritică de 61 de ani.)

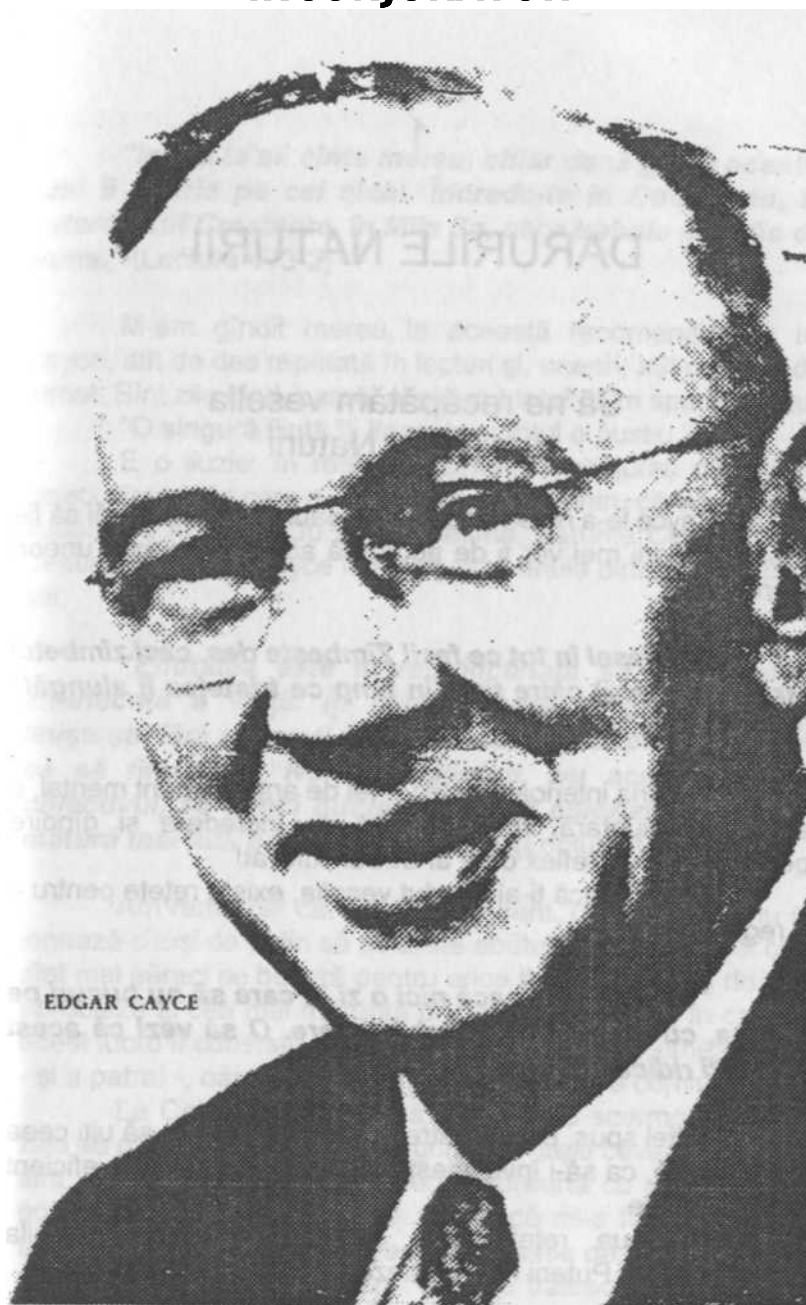
„În Statele Unite, au fost întreprinse cercetări în cadrul unor tratamente pe bază de miere, împotriva alcoolismului: a fost confirmat faptul că absorbţia mierii activează imediat eliminarea alcoolului din sânge. Lucrări efectuate la Universitatea de medicină din Bologna au arătat că mierea ar avea asupra ficatului o eficientă acţiune protectoare”.

Iată de ce Cayce o prescrie atât de des bolnavilor săi. În fine, un ultim caz, un cancer, în care se pare că persoana bolnavă nu se poate lipsi de zahăr. Deşi nu e de acord cu patiseria şi cu dulciurile, Cayce îi îngăduie:

„Dacă trebuie să îndulciți unele alimente, folosiţi mierea, fie că o puneţi pe cereale sau pe orice prăjituri şi produse de patiserie”. (Lectura 2276-3)

Cu condiţia ca mierea să nu fie niciodată gătită, bineînţeles!

PARTEA A DOUA - EDGAR CAYCE şi MEDIUL ÎNCONJURĂTOR



EDGAR CAYCE

1. DARURILE NATURII

Să ne recăpătăm veselia cu ajutorul Naturii

Cayce le-a recomandat întotdeauna bolnavilor săi să fie veseli! Cititorii mei vor fi de acord că acest lucru este uneori foarte dificil...

„Fii vesel în tot ce faci! Zâmbeşte des, căci zâmbetul atrage [oamenii] ***către tine, în timp ce tristeţea îi alungă!”*** (Lectura 518-1)

Bucuria interioară este un fel de antrenament mental, o atitudine voluntară, un avanpost de încredere şi gândire pozitivă, Iată un reflex care ar trebui cultivat!

Totuşi, dacă ţi-ai pierdut veselia, există reţete pentru a o regăsi:

„Nu lăsa să treacă nici o zi în care să nu bucuri pe cineva, cu un cuvânt de îmbărbătare. O să vezi că acest lucru îţi ridică moralul!” (Lectura 1751)

Altfel spus, prima dintre aceste reţete este să uiţi ceea ce te apasă, ca să-i înveseleşti pe ceilalţi. Este foarte eficient pentru oricine.

A doua reţetă este încrederea în inepuizabila generozitate a Puterii lui Dumnezeu:

„Inima ta să cânte mereu, chiar dacă grijile acestei lumi îi sperie pe cei slabi. Încrede-te în Dumnezeu, în Puterea Lui Creatoare, în Mila Sa, care trebuie să-ţi fie de ajuns”. (Lectura 473-2)

M-am gândit mereu la această recomandare a lui Cayce, atât de des repetată în lecturi şi, uneori, atât de greu de urmat. Sunt zile când, parcă, ai pierdut totul; cum spune poetul:

„O singură fiinţă îţi lipseşte şi totul e pustiu”.

E o iluzie: în realitate, suntem înconjuraţi de mii de binecuvântări, de care nu ne dăm seama pentru că le umbreşte supărarea noastră. Cu toate acestea, darurile Cerului şi ale Destinului există. Cayce îi reproşează unuia dintre consultanţii săi:

„Entitatea este mereu înclinată să vadă partea întunecată a vieţii. Îţi pierzi vremea încercând să te linişteşti, fără să guşti niciodată bucuria clipei! Ce aştepţi ca să fii vesel? Nu asta doreşti, nu acesta îţi este obiectivul, să aduci bucurie în viaţa celorlalţi?... Aşa că mătură mai întâi propria-ţi ogradă!” (Lectura 1900-1)

Am remarcat că, foarte frecvent, cei îmbuibaţi nu se jenează câtuşi de puţin să se arate abătuţi. În schimb, cei care sunt mai săraci se bucură pentru orice fleac. Ei ştiu să râdă, să aprecieze şi cea mai măruntă bucurie care le iese în cale! Şi acest lucru îl constată toţi cei care se dedică, în lumea a treia - şi a patra! -, oamenilor uitaţi de societatea de consum.

La Cairo, în *bidonvilles*, copiii care scormonesc cât e ziua de mare prin mormane de gunoaie, după ceva de mâncare, sunt veseli. „Obişnuiam să râdem împreună cu ei toată ziua” povestea maica Emmanuelle. „Nu mică mi-a fost mirarea, la întoarcerea în Europa, când am văzut atâţia oameni abătuţi, în pofida confortului nemaivăzut în care trăiesc! Copiii mei din Cairo, care n-aveau nimic, nu scăpau nici cel mai mic prilej de veselie. Râdeau din orice fleac!” Cum reuşesc, când abia dacă au un acoperiş deasupra capului şi te miri ce mănâncă?

Una dintre prietenele mele a vizitat o tabără de copii tibetani refugiaţi, din nordul Indiei. Băieţeii deţineau majoritatea... pentru că fetiţele dispăruseră... din cauza „purificării etnice” în stil chinezesc. În

zdrenţe, fără mamă şi tată, aproape tuberculoşi, bieţii copilaşi aveau tot dreptul să plângă. Da de unde! Ei râdeau! Erau mereu puşi pe şotii, zburdau şi se strâmbau în fel şi chip, glumind pe seama prietenei mele, care era siderată de tot ce vedea.

Primul pas spre regăsirea bucuriei este, aşadar, încercarea de a aduce bucurie celorlalţi. De asemenea, trebuie să ţinem seama micilor bucurii, să le adunăm zi de zi, ca să ajungem la seninătatea care deschide uşa marilor bucurii (şi care, după tibetani, ne ajută să depăşim însăşi noţiunea de durere!).

După Cayce, o altă reţetă a bucuriei, pe primul loc alături de cele de mai sus, este admirarea Naturii şi comunicarea cu toate fiinţele care o însufleţesc.

Am povestit în ***Amintiri din vieţile noastre trecute*** experienţa soldatului japonez pe care camarazii, crezându-l mort, l-au lăsat într-o insuliţă acoperită de junglă. A fost salvat, îngrijit, învăţat de către plante, care au înfiripat cu el un dialog prietenesc, cotidian. Aceşti prieteni vegetali l-au avertizat, exact cu câteva ore mai devreme, că sosise şi ultima zi de stat în junglă! într-adevăr, peste puţin timp avea să acosteze acolo un vapor, iar el urma să fie găsit. Ele îşi exprimau tristeţea despărţirii, căci el avea să se întoarcă în Japonia, l-au „spus” că îl vor pierde... şi se întristaseră. El nu înţelegea, neştiind că un vapor japonez acostase pe insulă, i s-a găsit urma şi era căutat. Despărţindu-se de prietenii vegetali din junglă a fost ca şi când s-ar fi despărţit de propria familie şi de persoanele apropiate!

Cayce dorea ca orice om aflat în suferinţă să poată simţi această bunătate, această iubire generoasă, optimismul lumii vegetale:

„Entitatea ar trebui, în această viaţă, să consacre o parte a timpului său, cultivării florilor şi artei buchetelor (...). Şi o să vedeţi tot ce pot dărui florile celor bolnavi, celor ce se închid în propria suferinţă - şi chiar celor ce sunt fericiţi! Veţi vedea iubirea pe care o pot dărui ele celor pe care-i iubesc, în zilele şi nopţile de tristeţe (...). Ele aduc culoarea în obrazul bolnavilor; ele îi aduc logodnicei speranţa unei iubiri, a unei case pline de frumuseţe (...).

De ce, oare, nu vor oamenii să înveţe de la flori? De ce nu vor să înveţe privindu-le cum cresc? De ce refuză să le admire, văzându-le cum cresc în iubire şi frumuseţe, în orice mediu care le-a fost hărăzit? învăţaţi de la flori să înfrumuseţaţi locul unde trăiţi, oricare ar fi el: cocioabă sau palat, dăruiţi-i frumuseţe, ca florile!” (Lectura 5122-1)

Uneori, nu e vorba de o floare, ci de un fir de iarbă mărunt care iese printr-o crăpătură din asfalt. O „buruiană”, veţi zice! Dar ce curaj, ce putere, ce încredere în sine! Ce credinţă în puterea Naturii! E de-ajuns să privim cum o neînsemnată ruină, cel mai mic colţ de pavaj uitat este repopulat pe dată de plante sălbatice - unele din ele, de toată frumuseţea! Traversez în fiecare săptămână zone periferice, unde sunt multe grilaje din fier ruginit, depozite închise, uzine dezafectate, căi ferate părăsite... Primăvara, în numai câteva săptămâni, toate aceste suprafeţe se îmbracă în rochiţa-rândunicii, care se caţără pretutindeni, acoperind totul în verde presărat cu pălărioare albe. Grădinarii nu ştiu cum să scape de această rochiţa-rândunicii, care este atât de tenace. În fiecare an se inventează erbicide tot mai ...”-cide” ca

să o omoare. Şi totuşi, ea nu se lasă, iar eu, când văd asemenea dinamism, asemenea curaj, nu mă mai îndur să o smulg din propria-mi grădină. Pălărioarele ei albe sunt atât de frumoase încât fac cât o specie „cultivată”! Oricum, nu-mi face nici o plăcere să smulg buruieni - cu atât mai mult cu cât o mare parte din ele sunt vajnice plante medicinale. De câte ori sunt silită să le smulg, cer iertare de la îngerul fiecărei specii! (în privinţa acestor „Îngeri” sau „devaşi” care guvernează fiecare specie animală şi vegetală, vezi vol. III al ***Universului lui Edgar Cayce,*** despre spiritele Naturii, şi ***Amintiri din vieţile noastre trecute,*** deja citată)

Să reluăm însă această lectură 5122-1, în care Cayce ţine o mare lecţie despre Natură. E vorba de o femeie care, de la o viaţă la alta, se reîncarnează ca să se ocupe de flori, găsind în ele un nesecat izvor de bucurie zilnică:

„Entitatea, în viaţa precedentă, se numea Maggie Vaughn şi-i plăceau atât de mult florile încât a reuşit să influenţeze în acest sens guvernul american - convingându-l să aprobe mai multe spaţii verzi, cu flori, în capitală (Washington) - ***şi cercetările privind cultura florilor (...).***

Înaintea acelei încarnări, a trăit (în Palestina) pe ***vremea când Mironosiţele au adus miresme şi miruri pentru ungerea trupului*** (lui Christos). ***Fiind prea săracă, n-a putut aduce plante şi mirodenii scumpe; aşa că a venit cu flori de câmp - care erau la fel de bune (...).***

Iată de ce îi veţi sluji pe ceilalţi, făcându-i să se bucure de frumuseţile Naturii. De asemenea, îi veţi alina pe cei bolnavi, cei ce vă trăiesc în preajmă, cei dragi; îi veţi face fericiţi, le veţi

aduce speranţa, le veţi crea deschiderea spre o viaţa nouă! (...)

Înaintea acestei vieţi, entitatea s-a încarnat în Egipt, într-o epocă de dezvoltare economică şi tehnologică. Ea a fost prima care a selecţionat florile, pentru frumuseţe, şi le- a folosit pe cele în două culori, care cresc în mlaştinile de pe malul Nilului".

Nu mă voi hazarda să denumesc acea specie botanică; mai întâi pentru că nu sunt suficient de documentată, apoi pentru că această poveste ţine de un trecut foarte îndepărtat, încarnarea descrisă de Cayce se situează probabil în Egiptul predinastic, acum vreo 12.000 de ani, şi numai un specialist în studierea polenurilor fosile ar putea spune ce flori sălbatice creşteau pe atunci (căci clima şi, deci, biotopurile s-au schimbat mult între timp!)

Să terminăm însă lectura:

„Aşa că, acum, nu pierdeţi nici o ocazie ca să puneţi flori pretutindeni; şi mai ales puneţi-le acolo unde le este locul în relaţiile umane, în relaţiile sociale dintre oameni, în momentele de tensiune şi de dispoziţii diverse (...). Luaţi ca model orhideea sălbatică, pe care o călcăm în picioare sau o culegem; sau al celei (cultivate) ***puse la decolteul unei femei elegante, creând un efect maxim: imitaţi-o".*** (Lectura 5122-1)

Aşa este! Orhideea sălbatică abia o remarcăm pe câmp, riscăm să călcăm pe ea. Dar orhideea cultivată... ea este ceva mai preţuită, pentru că se vinde - şi încă scump!

În această lectură, cu numărul 5122-1, Cayce îi recomandă consultantei sale: ***„să puneţi flori***

pretutindeni”. Aş vrea totuşi să dau o nuanţă: e mai bine ca florile să fie în ghivece decât tăiate. Prietena mea, Nina Carlo (Fondatoarea „Cercului Nina Carlo”), o femeie cu suflet mare şi înalt nivel spiritual, îmi spune că nu-i plac florile tăiate: „Plâng”, îmi spune ea. „Ce credeţi despre florile care le sunt oferite bolnavilor?” întreabă un participant la o şedinţă de *channeling* (eng. „canalizare” (Metodă de captare şi transmitere a unui flux de energie sau informaţional - prin intermediul unui persoane cu însuşiri mediumnice, numită *channel* / canal. Cei mai mulţi bioenergoterapeuţi nu sunt conştienţi de calitatea lor de „canal”; ei cred că „au mai multă energie” decât alţii şi că pot folosi acest „surplus” după bunul plac. în realitate ei nu fac decât să capteze energie cosmică (infinită) şi să o dirijeze acolo unde este nevoie de ea. Cei care nu-şi conştientizează condiţia de CHANNEL cad adeseori în păcatul trufiei; ceilalţi, mai puţini, devin mai smeriţi, simţind cum Dumnezeu trimite prin ei Mila şi îndurarea Sa. (N.tr.)) a grupului din Sarlat. „Oferiţi-le plante. Dacă le aduceţi flori tăiate, le daţi moartea. O plantă îi poate aduce (acestui bolnav) Iubirea, o floare tăiată nu-i va aduce nimic”. (Mesaje primite de Monique Mathieu, Asociaţia „Du Ciel à la Terre” / De la Cer, la Pământ, Pech-Lafaille, 24200 SARLAT. Este vorba de o serie de mesaje cu o încărcătură spirituală foarte înaltă, foarte apropiate de Cayce) Sunt întru totul de acord cu principiul general, dar există şi excepţii. Pot dovedi personal imensa uşurare pe care mi-au adus-o florile tăiate; mă gândesc la un enorm buchet de aniversare, de la Lachaume, care m-a uimit şi încântat în fiecare zi, timp de o lună. Când m-am căsătorit, mulţi prieteni mi-au trimis buchete sublime, în faţa cărora am meditat îndelung - şi le-am păstrat

până la ultima petală! Biata mama-soacră Dior (Ea era cumnata lui Christian Dior, a cărui mamă a creat o minunată grădină botanică şi exotică în vila sa, „Les Rhumbs”, din Granville, în Normandia. Christian Dior va spune el însuşi cât de mult l-a inspirat această grădină fermecată în creaţiile sale), care nu se mai poate deplasa la cei 101 ani ai săi, petrecea ore întregi într-un fotoliu, privind culorile şi formele florilor, tăiate sau în ghivece, pe care i le aduceam. Îmi spunea: „Acesta e singurul lucru care înviorează puţin atmosfera tristă din locuinţa mea!” Florile sunt un extraordinar mesaj de alinare. Nu voi uita nicicând ziua aceea de mare doliu în familie, când două persoane din asociaţia noastră („Le Navire Argo”), veniseră să mă consulte în privinţa unei alegeri profesionale. Dar iată că tinerele în cauză au venit la mine ducând în braţe o jerbă enormă, din flori multicolore, absolut impresionantă. O nebunie! (Şi să nu credeţi că erau miliardare. Amândouă erau ospătăriţe într-un restaurant!) Nu ştiau că fuseseră inspirate de ghizi nevăzuţi, care voiau să-mi aline durerea. Cum vă spun, am primit în aceeaşi zi, aproape la aceeaşi oră, anunţul de deces, apoi florile!

Da, Cayce are dreptate: să nu ne lipsim de flori, de plante verzi, de copaci şi de trilurile păsărilor! Este unul dintre mjloacele cele mai eficiente pentru a regăsi bucuria de a trăi! Ştiu că una din dramele actuale este prezenţa invadatoare a betonului în peisajul cotidian. Ce trist este să trăieşti înghesuit într-un mare oraş! La Paris, încă avem grădini publice superbe, parcuri, alei şi pieţe mărginite de copaci, care stârnesc mereu admiraţia străinilor (unii dintre ei vin din metropole lipsite complet de verdeaţă!). Faceţi imposibilul şi ieşiţi de pe strada unde locuiţi, duceţi-vă în parcurile şi

grădinile publice şi admiraţi florile, Iată bucurii gratuite (nu vă costă decât biletul de metro sau de autobuz... Şi dacă vă puteţi duce pe jos, e şi mai bine!). Trebuie neapărat să vă faceţi timp ca să profitaţi de aceste lucruri şi să mulţumiţi Cerului, în fiecare zi, pentru asemenea dar. Bieţilor locuitori din *bidonvilles*, din lumea a patra, nu le mai rămâne decât cerul; privindu-l, ştiu că Natura n-a dispărut cu totul!

Cultivaţi o floare, în ghiveci, ceva verde la fereastră, o „buruiană” în colţul bucătăriei, un cactus pe birou... Am trecut uneori prin perioade sumbre, cu mari greutăţi în găsirea unei locuinţe. Bagajele mele cuprindeau, în principal, un ghiveci cu amaryllis şi un arbust exotic numit „pittosporum chinezesc”. În timpurile grele, când mi-au fost alături, plantele aveau un aer trist, le cădeau frunzele... Ca să explodeze de bucurie verde, imediat ce lucrurile se îndreptau! Din când în când, înfloreau, încurajându-mă să ţin capul sus. Cea mai uimitoare a fost o lăcrămioară profet, replantată lângă pittospor, care a înflorit... În ianuarie! O singură tulpină cu flori, doar ea, fără frunze, cu patru luni înainte de 1 mai! Prima reacţie a fost să cred că biata floare se zăpăcise complet: confundase anotimpurile! Nici vorbă... Ea îmi anunţa, încă din ianuarie, o întâlnire fericită care avea să se întâmple în primăvară. Aveam patru luni în care să mă pregătesc.

Când ajungi să vorbeşti cu prietenele din ghivece, treci din surpriză în surpriză...

Magicianul păsărilor

Încă o lectură, povestea unui om care şi-a legat toată viaţa de Natură. Lectura începe prin evocarea vieţii din Cosmos, înainte de naştere, înainte de întoarcerea pe Pământ, pentru o nouă viaţă, când avea să devină consultantul nr. 410 al lui Edgar Cayce.

Cititorii mei ştiu că, între două vieţi terestre, urmăm stagii de formare pe planetele sistemului solar sau pe anumite stele. Acolo, luăm lecţii cosmice, învăţăm legile fundamentale care guvernează Universul. Am vorbit deja despre toate acestea în volumul I. Aici, Cayce reia analiza consultantului său, plecând de la şederea acestuia pe o planetă vecină cu Pământul:

„În intervalul de timp dintre şederile în planul terestru, trecând prin mediul planetar al lui Venus, acest suflet a învăţat iubirea şi pacea. Acolo a dobândit o amplă viziune a Vieţii, aşa cum se manifestă şi creşte ea.

Iată de ce, toată această frumuseţe pe care o vedem în Natură - de pildă, când ea se pregăteşte să primească binecuvântarea unei ploi de după-amiază sau a unui răsărit de soare - a devenit subiectul cel mai interesant pentru această entitate, Iată spectacolul care face să-i salte inima de bucurie, iată bucuriile pe care i le aduc toate aceste fiinţe vii.

Unii le-ar numi „vise”, şi totuşi, în experienţa sa, ele sunt realitatea însăşi! Cântecul păsărilor, frumuseţea trandafirului, bâzâitul albinei, toate aceste manifestări ale Vieţii în Natura care se exprimă în izbucniri de bucurie! Bucuria de a fi, exact durata existenţei, o scânteie de Dumnezeu în activitatea sa creatoare.

Ah, de-ar putea oamenii de pretutindeni să-şi dea seama de aceste binecuvântări (...). Dacă ar înţelege că noi îl folosim pe Dumnezeu însuşi în manifestările sale de viaţă pe Pământ, în Viaţa pe care ne-o dăruieşte (...). Dacă această înţelegere a Vieţii le-ar putea reda speranţa, cât ar profita de binecuvântările care coboară asupra celor ce merg împreună cu El!

Astfel, trecerea dumneavoastră pe Venus v-a făcut să iubiţi această frumuseţe, să iubiţi toate acestea (...). Păstraţi-vă bucuria în adâncul inimii. Priviţi mai bine în inima trandafirului, ascultaţi trilurile păsărilor, vedeţi chipul Său zugrăvit în apusul de soare şi în răsărit. Vedeţi lumina străvezie a razei de lună care luminează totul cu Lumina slavei Sale. Vedeţi stropul de ploaie, furtuna, Natura întreagă (...).

Entitatea, în viaţa aceea, era între emigranţii care s- au refugiat în America, după multe încercări şi grele călătorii pe mare, stabilindu-se în regiunea numită acum Louisiana. Entitatea a găsit acolo o oază de pace. Mai târziu, a adus multă bucurie celorlalţi. Căci a reuşit să lucreze pentru aducerea păcii în inima unui mare număr de oameni, cărora le-a redat bucuria vieţii. Entitatea i-a luminat pe toţi cei care au iubit şi iubesc mulţimea păsărelelor create de Dumnezeu... Căci entitatea se numea atunci Audubon". (Lectura 410-2)

Poate că nu ştiţi cine a fost Audubon. O minunată serie de timbre poştale cu păsări exotice a fost emisă recent de către Poşta Franceză, în semn de omagiu târziu pentru unul dintre cei mai iluştri francezi din străinătate.

Acest artist de geniu s-a născut probabil în 1774, la New Orleans, dintr-un amiral francez care se retrăsese acolo. După copilăria petrecută în Louisiana, cum spune Cayce, micul Jean-Jacques a fost trimis la Paris, la studii. El avea două pasiuni: desenul şi... păsările! La Paris, a luat lecţii de la pictorul David, care l-a învăţat tot ce trebuia să ştie un pictor atunci, la acel sfârşit de secol XVIII, când arta europeană atinsese culmi neegalate până astăzi. Tatăl său a încercat să-l introducă în afacerile newyorkeze; cum gândul lui era însă numai la păsări, nu s-a descurcat... Soţia s-a văzut nevoită să intre guvernantă ca să poată întreţine familia. Jean-Jacques s-a întors în sud şi s-a stabilit în 1810, cu familia, la Kentucky. Douăzeci de ani a trăit înconjurat de păduri, lacuri şi munţi, alergând după păsări, pe care le observa în habitatul lor natural şi apoi le picta, urmând natura cât mai exact.

A dus o viaţă frământată. Cum spune Cayce, a trecut prin ***„multe încercări”*** şi a făcut multe ***„călătorii pe apă”*** între America şi Europa. Într-o vreme, şi-a câştigat existenţa făcând portrete. Totuşi, în 1826, acumulase suficiente scrieri ca să le poată aduna într-un volum gros. S-a întors în Europa, în căutarea unui binefăcător şi editor, pe care l-a găsit la Londra. Gravorul Robert Havell, uluit de minunatele desene cu păsări multicolore pe fundalul unor ţinuturi exotice, a consimţit să i le publice. Astfel s-a născut faimoasa lucrare ***The Birds of America*** / *Păsările din America,* publicată în Franţa ceva mai târziu cu titlul ***Les oiseaux d'Amérique,*** care a devenit un best-seller şi rămâne o lucrare clasică importantă. În 1831, şi-a publicat memoriile la Edimbourg, sub titlul ***Autobiografia unui ornitolog.*** Mai târziu, va mai publica şi alte desene şi picturi într-o ultimă lucrare,

The quadrupeds of America / *Patrupedele din America,* care va apărea la New York, în 1850. A murit în 1851, după o viaţă tumultuoasă.

Dicţionarele mele biografice nu dau aceeaşi dată de naştere, nici măcar acelaşi loc... Dovadă că a trăit mult timp în umbră şi sărăcie: păsările sale nu interesau atunci pe nimeni!

În schimb, dicţionarele mele concordă asupra datei şi locului morţii, pentru că aceasta n-a trecut neobservată. Era, în fine, recunoscut, iubit, respectat, pentru că ***„a adus”,*** cum spune Cayce, ***„multă bucurie celorlalţi prin operele sale de artă”.*** Dar asta s-a întâmplat ***„târziu, în viaţă”,*** căci de-a lungul a peste douăzeci de ani, a trebuit să-şi ducă crucea de artist sărac, neapreciat încă la justa sa valoare. Cât despre ***„grelele călătorii pe mare”,*** ne aflăm încă în epoca vaselor cu abur, când traversarea Atlanticului nu era o treabă oarecare! Cu atât mai mult cu cât Jean-Jacques Audubon nu era un pasager important, ci un necunoscut. Mai rău decât atât, în prima parte a vieţii, era un băieţel sărman, odrasla unor emigranţi, defavorizat social prin faptul că nu era - se crede - copilul legitim al amiralului. Tatăl său avea totuşi relaţii, era prieten cu Washington. Dar a te naşte bastard în acea Americă puritană era neîndoielnic un mare handicap. S-a văzut cu ce curaj, cu ce perseverenţă a reuşit să devină celebru!

Dicţionarul meu englez spune că s-a născut pe 25 aprilie 1785, cu Soarele în Taur, semn guvernat de planeta Venus. Nu ştiu cât este de exact, dar toată cariera, toată viaţa şi arta sa arată un temperament venusian. Această planetă, „exaltată” în Taur, dă nativilor săi virtuţi caracteristice: dragostea de Natură, sensibilitatea artistică, puterea de muncă, îndârjirea de

a reuşi în întreprinderi de lungă durată... Calităţi pe care le va manifesta în cel mai înalt grad, toată viaţa sa!

Misteriosul destin al sufletelor animale

În această lectură, Cayce vorbeşte cu tandreţe despre ***„mulţimea păsărelelor create de Bunul Dumnezeu”.*** În multe alte lecturi, nu ratează niciodată ocazia de a da exemple din lumea animalelor. De pildă, la o întrebare despre divorţ, iată ce răspunde:

„Omul ar putea să înveţe mult observând comportamentul conjugal al păsărilor sălbatice. După ce s- au ales, masculul şi femela nu vor mai încerca niciodată să se împerecheze cu alt partener; şi masculul, şi femela rămân credincioşi unul altuia până la moartea unuia dintre ei - ***bineînţeles, atât timp cât nu sunt constrânși de om”.*** (Lectura 826-6)

Din motive deja evocate în primele trei volume ale acestei lucrări, Cayce nu putea face referiri prea ample la capitolul animalelor, întrucât contextul local nu-i permitea. În preistorie, spune el, s-au înmulţit aşa de mult animalele de tot felul încât au umplut pământul, concurând rasa umană. Atlanţii ar fi reuşit să scape de ele inventând explozibilele, dar au rămas marcaţi de teroarea inspirată de animale. Majoritatea atlanţilor reîncarnaţi astăzi (în masă, în Statele Unite, în timpul lui Cayce, iar acum la noi) păstrează astfel reflexe de teamă şi dezgust faţă de animale. Acest lucru se dovedeşte catastrofal la toate nivelele, distrugerea ecosistemelor, fobia paranoică faţă de microbi, viruşi, dansul macabru al tuturor „-cidelor”

(insecticide, raticide, pesticide, fungicide..., moartea chimică abătută deopotrivă asupra animalelor şi plantelor.

„De acum înainte, ar trebui să se renunţe complet la principiul uciderii. Vorbind de ucidere, ne referim la tot ce înseamnă acest cuvânt. Nimic din ceea ce a prins Viaţă pe Pământ nu trebuie ucis vreodată, cu nici un preţ. Nici chiar în scopul de a-şi procura hrana, cum a făcut omul până acum. În ochii lui Dumnezeu, totalitatea vieţii şi fiecare viaţă reprezintă ceva sfânt, căci tot ce e viaţă a fost creat de Dumnezeu. Şi ceea ce creează Dumnezeu este tributar clipei”. (Mesaj dictat la Borup, în Danemarca, la 26 martie 1968 (Şcoala Spirituală de la Borup))

Sau cum spune Dr. Jacqueline Bousquet, care face cercetare biologică:

„N-am ascuns niciodată faptul că etica mea îmi interzice experienţa pe animale (...). Am văzut mii de experienţe, toate extrem de dureroase, care n-au dus la nimic, niciodată. Sute de animale omorâte la plecarea în concediu, ca să nu-l dea prea mult de furcă îngrijitorului de serviciu, care vine când îşi aduce aminte, să dea apă animalelor „În experienţă” (a se citi: operate sau supuse la posturi de lungă durată). Responsabilii: oameni de ştiinţă! Sperăm că ei nu ştiu faptul că moartea prin însetare este una dintre cele mai dureroase! Or, în cursul dezbaterilor televizate, susţinătorii experienţelor pe animale încearcă să convingă publicul de un lucru pe care nici ei nu-l pot crede - că totul se petrece ireproşabil în cea mai bună dintre lumile posibile. Pentru că am trăit în laboratoare care practică metode dintr-o altă epocă, pot să afirm că nu este adevărat. (...)

Dar atenţie, vântul istoriei este pe punctul de a-şi schimba direcţia (...). Respectul faţă de mediul înconjurător trece prin respectul faţă de animal la toate nivelele, este o condiţie a supravieţuirii speciei umane (...). Este adevărat că mila este o calitate care nu are succes de casă (...). Deci să nu aşteptăm până când se vor întoarce asupra noastră propriile greşeli. Ştim cât de „mici" suntem în faţa Naturii dezlănţuite (furtuni, inundaţii, cutremure...)" (Dr Bousquet, ***Science dans la lumière***, *op. cit.*)

Rostul oamenilor pe lângă animale ar trebui să fie dat de Iubire. Oamenii ar trebui să le arate animalelor ce este Iubirea, pentru că atunci când vor trece la ciclul următor, acest lucru le va fi de mare ajutor.

Animalul se va încarna în om la sfârşitul ciclului său animal; şi dacă acest animal a suferit din cauza omului, când va deveni la rândul său om, va fi rău şi crud; pe când, dacă i-aţi arătat multă dragoste unui animal, când el va ajunge la forma umană, va şti ce înseamnă Iubirea. Bineînţeles că-i rămâne de străbătut tot drumul evoluţiei, dar îl va parcurge în cele mai bune condiţii.

Trebuie să manifestaţi un respect total faţă de animale, pentru că ele sunt părţi divine ca şi noi. Trebuie un respect total pentru Natură, pentru că, în tot ce trăieşte pe planeta voastră există acea scânteie divină, bineînţeles că infinit mai mică decât a voastră, a oamenilor, dar trebuie să aveţi respect total faţă de tot ce vă înconjoară". (Mesaje publicate de asociaţia „Du Ciel à la Terre")

Nici Cayce nu spunea altfel:

„Orice Forţă, orice putere vine din aceeaşi Sursă, ca orice Viaţă". (Lectura 1910-1)

„Orice făptură de pe Pământ este iubire întrupată, expresia Iubirii Divine, care se manifestă în toate fiinţele (...); aceeaşi iubire ar trebui să o manifeste Omul faţă de animale”. (Lectura 276-3) (Lectură citată deja în vol. I, p. 122-123, la „Reîncarnarea animală”)

Când o să se întâmple, oare, acest lucru? Trebuie să aşteptăm, după anul 2000, noul ciclu al Pământului, în Era Vărsătorului? Oamenii vor înţelege atunci ce înseamnă solidaritatea dintre toate fiinţele vii. Legea franceză, încă foarte timidă, nu consideră animalul decât în raport cu omul, în măsura în care cruzimea degradează omul, care devine josnic. Săptămânalul „Le Point” a scris despre docherul din Livorno, care şi-a aruncat câinele în râu, cu un sac de nisip legat de gât: „A fost condamnat la o lună de închisoare cu suspendare şi 15.500 de franci amendă. Totuşi, după legile noastre, docherul n-ar fi suportat nici o pedeapsă dacă era vorba de o marmotă sau o vulpe, pe care ar fi avut toată libertatea să le taie, de vii, în bucăţi, dacă aşa ar fi avut el chef”. („Le Point”, nr. 1176/1 aprilie 1995, p. 85)

Manifestarea iubirii şi respectului faţă de animale făcea parte din filosofia Maestrului Philippe din Lyon: „Animalele sunt păzite, ca şi oamenii, de fiinţe nevăzute care le urmăresc zămislirea, naşterea, care sunt apărătorii lor şi pe care-i întristăm când le chinuim”. Astfel, animalele au şi ele îngeri păzitori... „Dar suferă neîncetat”, continuă Maestrul Philippe, „şi, adesea, într-un mod intolerabil. Dacă am şti, ne-ar fi milă de ele”. Karma plătitoare îi loveşte precis pe cei ce fac animalele să sufere: „Dacă chinuiţi un animal, vi se va întâmpla într-o zi, când veţi avea un animal la care să ţineţi mult, să vedeţi cum este chinuit fără să-i

puteţi veni în ajutor. Aşa se întâmplă cu orice, pentru că trebuie să învăţăm să iubim totul şi trebuie să respectăm totul - căci totul a fost creat de Dumnezeu”.

Maestrul Philippe mai vorbea de ***„sejururi planetare”,*** ca şi Cayce. „Îl plâng pe cel ce face rău unui animal. Credeţi că animalul nu mai are nimic în afară de trup? Ei bine, aflaţi - şi ţineţi minte - că ne va veni rândul să fim animalele unei alte planete, mai evoluate”. (Alfred Haehl, ***Vie et paroles du Maître Philippe*** / Viaţa şi cuvintele Maestrului Philippe, Ed. Dervy, 1994, p. 167-169. Citiţi şi excelenta biografie a lui Renee Paul Guillot, Philippe de Lyon, Ed. Les Deux Océans, Paris 1994. V. şi documentaţia adunată de asociaţiile care iau apărarea animalelor: Talis, Pro Anima, S.N.D.A., în Franţa; ATRA în Elveţia)

Acelaşi ecou şi în mesajele de la Borup:

„Un animal se poate încarna pe Pământ, trăieşte aici o perioadă şi apoi este transferat brusc pe o altă planetă, cu o conştiinţă mai înaltă. Această conştiinţă mai înaltă va influenţa animalul respectiv şi, mai târziu, va reveni pe Pământ - unde va suferi o mutaţie.

O asemenea mutaţie le-a fost destinată animalelor provenite de pe Pământ, în urmă cu mai multe milioane de ani, şi astfel a apărut primul om. Omul de atunci nu semăna cu cel de azi. Abia dacă poate fi numit om şi, de altfel, ştiinţa umană are alte denumiri pentru acei oameni. (Mesaje dictate la 18 septembrie 1968, la Borup, în Danemarca).

„Trebuie să fim buni cu animalele şi cu plantele. Cel care n-a făcut niciodată rău vreunui animat, care n-a distrus, nici rănit vreodată o plantă fără o cauză cu adevărat utilă, este ocrotit, la rându-i, de animale şi plante: dacă e pe marginea unei prăpăstii şi cade, va găsi imediat o rădăcină de care să se agaţe; dacă un

animal feroce trece pe câmp şi îl întâlneşte, animalul va veni să-l mângâie sau nu-l va vedea”. mai spunea Maestrul Philippe din Lyon, citat mai sus (***Vie et paroles du Maître Philippe***, p. 167 şi următoarele).

Modul lui Cayce este de a ne face să tragem învăţăminte din relatarea şi bilanţul unei vieţi anterioare. Viaţa lui Audubon este bucuria oferită de dragostea pentru animale. O foarte, foarte mare sursă de bucurie pentru cei care au înţeles-o!

Agricultura lunară

Cayce vorbea cu simpatie despre agricultura tradiţională, dar a murit prea devreme ca să-şi manifeste dispreţul faţă de fertilizatorii chimici.

Şi lui îi plăcea să grădinărească. Vorbea mult cu prietenii, pe această temă.

„Multă vreme, mi-am dorit să am nişte bulbi de tuberoze (*Polyanthes tuberosa,* înrudită cu *amaryllis,* cultivată în sud, ale cărei flori albe au un parfum delicat). ***Doream mult să am tuberoze în grădină, dar costau atât de scump la pepiniere, încât nu-mi puteam permite.***

Într-o zi, a venit un om de la ţară, ca să aducă pui de găină. M-a văzut săpând o brazdă: *A, Dr. Cayce, vă puneţi flori?*

- Da, i-am răspuns, ador florile!

Şi eu, mi-a spus el atunci; stând la ţară, am flori de toate soiurile în grădină. Aş putea chiar să vă aduc, dacă vreţi. Vă plac tuberozele?

Iată cum am ajuns să am acum o tufă de tuberoze, care vor deveni splendide. Cum vi se par?

Şi iată cum, atunci când îţi doreşti un lucru, te poţi ruga să-l obţii, încercând să trăieşti în armonie cu rugăciunea. Atunci, El (Christos) ***ni-l trimite, în timpul Său şi la ceasul Său. Sunt sigur că această lege se aplică atât lucrurilor materiale, cât şi celor spirituale şi intelectuale!”*** (Din scrisoarea prin care Cayce îi răspunde personal doamnei 464, în martie 1933).

Astfel, grădinăritul făcut cum trebuie este o meditaţie asupra legilor cosmice. Grădinarul trebuie mai întâi să se conecteze la ***„Forţele Creatoare ale Naturii”,*** cum spune Cayce, şi să le simtă; apoi, să le canalizeze.

Pentru că Forţele Cosmosului ne bombardează planeta cu fluxul lor de particule invizibile, grădinarul care nu-şi vede decât pantofii, nu este mai presus de ei! Să ridicăm puţin privirile spre stele. Chiar fără să mergem atât de departe, să ne uităm la ceea ce vedem cu ochiul liber: Luna. Fiind totuşi astrul cel mai apropiat de noi, ar fi logic să ţinem cont de influenţa sa. Lord Kelvin (Matematician englez care a inventat, în 1872, o maşină cu care să calculeze dinainte ora şi amploarea tuturor mareelor) a recunoscut acest lucru în privinţa mareelor. Ar fi foarte plauzibil să ne gândim că această influenţă se manifestă la fel de puternic asupra pământului ca şi asupra apei.

Agricultura lunară se străduieşte să înţeleagă acţiunea satelitului nostru, ca să o folosească la maximum. Agronomi foarte mari, savanţi, grădinari cunoscuţi - ca La Quintinie - au studiat această influenţă şi au creat o orientare; ei sunt fondatorii „selenoculturii” (din greacă: „selênê”, Luna).

Grădinarul de altădată „observa îndelung, semăna, replanta exact în momentul propice. (V.

Georges Rose, ***Ecologie et tradition***, Maisonneuve, 1981) Cei interesaţi de agricultura lunară sunt în căutarea cunoştinţelor mai mult sau mai puţin uitate, a unei armonii între cer şi pământ, între stele şi plante. Ei se sprijină pe o experienţă de mai bine de un secol, pe lucrările agronomului Albert Howard (1920), conferinţele lui Rudolf Steiner din Germania şi Elveţia (1924), impregnate de gândirea lui Goethe (1749-1832), experienţele făcute de Pfeiffer (1924-1934), de Maria Thun, de Xavier Florin şi numeroşii adepţi ai culturii „biodinamice” sau „biologice”. (Céleste, ***Jardinez avec la Lune*** / *Grădinăriţi cu Luna,* Ed. Rustica (un mic manual foarte frumos, destinat grădinarilor începători în „selenocultură”).) Cât despre cei care reproşează „selenoculturii” faptul că nu se sprijină pe o observaţie „ştiinţifică”, aceştia nu vor să ştie că există fundamentul unei tradiţii multimilenare şi universale.

Dacă savanţii ar respinge toate fenomenele inexplicabile, ar renunţa la descoperirile uluitoare ale teoriei cuantice, la principiul lui Heisenberg, la extravagantul „corpuscul-undă” (care îşi permite fantezii scandaloase pentru gândirea „raţională”!), la quarcii neastâmpăraţi care nu sunt decât o ficţiune matematică etc. Toată fizica cuantică este extrem de incomodă după criteriile cuminţi ale ştiinţei raţionaliste a secolului XIX.

Tradiţia grădinăritului, de esenţă practică, admite perfect aceste fenomene, ştiindu-se că rezultatele obţinute sunt extrem de variabile, după fazele lunii.

„S-a remarcat că atunci când Luna este la distanţa cea mai mare de Pământ (apogeu) şi când este în punctul opus, adică la cea mai mică distanţă (perigeu), cultura dă rezultate slabe. S-a constatat că

în aceste perioade, este de preferat să nu ne ocupăm de grădină. La perigeu, atracţia Lunii este prea mare. Seminţele rezultate în această perioadă dau plante plăpânde, gălbejite şi lungi, sensibile la paraziţi, pe când seminţele rezultate la apogeu dau plante pipernicite, groase, îndesate, anormale”.

Dacă vă place să culegeţi ciuperci, iar condiţiile sunt favorabile (umiditate, sezon), nu plecaţi de acasă când e lună nouă, căci nu veţi găsi mare lucru. Alegeţi zilele cu lună plină.

Şi cum găsim calendarul fazelor Lunii? Privind cerul, dacă nu este acoperit! în primul pătrar, adică la Lună nouă, se poate adăuga o coadă discului lunar ca să formeze un „P” [ )]. În ultimul pătrar, secera Lunii este întoarsă în sensul opus; adăugându-i o coadă, obţinem un „d” mic [( ]. Dacă locuiţi într- un oraş mare, unde cerul nu se mai vede, căutaţi în orice agendă sau calendar al poştei şi veţi găsi fazele Lunii. De altfel, sunt anunţate şi la buletinul meteo al televiziunii.

Ce părere avea Cayce? Că, în general, „***Luna are efectul de a amplifica mult creşterea a tot ce este fizic”.*** (Lectura 288-1)

De aici, fenomenele cunoscute în plan ginecologic - de altfel, chiar etimologia cuvântului „menstruaţie” vine din latinescul „mens” (lună) şi se referă la ciclul lunar (de aproximativ 28 de zile).

Cercetând preistoria, Cayce analizează agricultura lunară din Egiptul antic:

„În vremea aceea a apărut obiceiul de a planta în funcţie de fazele Lunii. Ţinând cont de ele, observând şi mareele şi efectele lor, oamenii au început să aleagă anumite perioade ale anului pentru a chema [la viaţă] ***un animal. Altfel spus,***

au învăţat să combine elementele regnului mineral, ale regnului vegetal şi ale regnului animal, în armonie cu anumite perioade [ale ciclului astronomic]. ***Primul care şi-a dat seama de aceste lucruri a fost Ra-Ta*** (Acest profet a fost o încarnare egipteană a lui Edgar Cayce. Pentru mai multe detalii, v. volumul I, capitolul despre Egiptul antic)***, care le-a transmis, mai întâi, popoarelor din Nubia***”. (Lectura 294-150)

Ideea nu datează din vremea egiptenilor sau a nubienilor. Puterea Atlantidei, civilizaţia-mamă a Egiptului, se explică şi prin cunoştinţele astronomice care le-au permis atlanţilor să dezvolte această agricultură bazată pe observarea stelelor. Aproape toate domeniile, iar cel la care ne referim în mod sigur, ne trimit la vechiul continent dispărut.

Roşia, o imigrantă atlantă

Am văzut adesea, în lecturile lui Cayce, că toate cunoştinţele de tehnologie ale înfloritoarei civilizaţii egiptene se trăgeau din Atlantida. Nu e de mirare că această filiaţie intelectuală s-a manifestat şi în domeniul atât de important al agriculturii. Ne amintim că Platon avea nostalgia agricultorilor atlanţi:

„Insula [Atlantida] furniza majoritatea lucrurilor necesare vieţii (...). Toate esenţele înmiresmate pe care pământul le hrăneşte acum ici şi colo, rădăcini, rămurele, lemn de copac sau seve distilate de către flori şi fructe, ştia să le ţină şi să le hrănească acel pământ. Şi asta nu e tot: fructele cultivate, fructele uscate pe care le mâncăm, toate cele din care facem făină, pe care le numim „cereale”, cu diversele lor soiuri, fructul care creşte în pom şi ne dă lichide,

alimente şi unguente” [măslina, oare?], acest fruct care creşte pe crengile înalte, a cărui conservare e dificilă şi este consumat pentru distracţie şi încântare [probabil rodia], toate cele pe care le oferim, la sfârşitul mesei, spre alinare, meseanului care a mâncat prea mult şi nu se simte bine, [probabil lămâia], insula Atlantida, scăldată în lumina soarelui de atunci, le producea, fără excepţie, viguroase, superbe, magnifice şi în cantitate nelimitată”. (Platon, ***Critias*** (Gf Flammarion, tradus în limba franceză de Luc Brisson, p. 373))

Un veritabil paradis terestru! Platon precizează mai departe că „de două ori pe an, se recoltau roadele Pământului”.

Descrierea idilică din ***Critias*** ne lasă să înţelegem că atlanţii nu s-au limitat doar la a fi buni arhitecţi şi ingineri, ci au dezvoltat şi o agricultură, prodigioasă. Platon, în aceeaşi lucrare, face o lungă descriere a metodelor de irigare, datorită cărora se obţinea şi a doua recoltă de fructe, cereale şi legume.

Cayce, ca şi Platon (pe care nu l-a citit şi de numele căruia nici măcar nu auzise înainte de a vorbi de Atlantida!), descrie paradisul terestru atlant cu un entuziasm nestăpânit. Apoi, subliniază decadenţa care a măcinat treptat această civilizaţie până la catastrofa finală, pe care o cunoaştem. O referire indirectă la agricultura atlantă apare în descrierea unui inginer agronom, refugiat în America centrală, după cataclism:

„În vremea aceea de prefaceri (...) datorate imigrării refugiaţilor din Atlantida, dintre care unii se stabileau în ceea ce este acum Yucatanul (...), entitatea a ajuns foarte departe în cunoaşterea legilor Naturii. Era expertă în observaţia astronomică şi totodată în studierea

influentei corpurilor cereşti asupra anotimpurilor, recoltelor şi tuturor culturilor de care depindeau în mare parte popoarele acelui timp”. (Lectura 1895-1)

Yucatanul, moştenitor al Atlantidei, este atât de departe în timp, însă foarte aproape din perspectiva botanică, Iată deci de unde vin tomata (în limba aztecă: „tomatl”), tabacul (în limba indiană din Haiti: „tsibatl”), batatul („patatl” sau „patata”, în limba arawak din Haiti) şi vărul său bun, cartoful.

Toate aceste legume, care au lipsit din farfuriile noastre până în secolele XVII şi XVIII, ne-au invadat pur şi simplu. Acesta este ultimul avatar înainte de colonizarea atlantă produsă asupra bătrânei noastre lumi celte (care nu cunoştea decât grâul, strugurii, bobul şi ceapa!). Este evident pentru toată lumea că „tomatl”, „patatl”, *...„fasolatl*”*, „ardeitl”, „gogoşartl*”(Autoarea se joacă aici cu cuvintele, construind după modelul „tomatl” (n.tr.)) sunt mult mai uşor de gătit decât ghinda stejarilor galici sau bobul roman. Se curăţă mai uşor, sunt mai spornice şi cresc ca buruiana. Acelaşi spirit practic, aceeaşi redutabilă eficienţă a atlanţilor! Reîncarnându-se masiv la noi, în timpurile moderne, sufletele de pe continentul dispărut au vrut să-şi revadă „ţărişoara dragă”... adică ceea ce a mai rămas din Atlantida lor - de aici, valul (şi balul) Marilor Descoperiri. Apoi, cuprinşi de nostalgie, au poftit să mai simtă gustul de „tomatl” umplută. Obiceiurile alimentare se explică în mod sigur prin ... „*reîncarnaretl”*

Mina de aur din Bimini

În 1920, nişte căutători de petrol l-au întrebat pe Cayce dacă aveau vreo şansă de a găsi petrol în Bimini. Dr. House, unchiul lui Edgar, care „conducea” lectura în acea zi, l-a întrebat folosind formula obişnuită:

„Te rog să faci o lectură despre insula Bimini, situată în oceanul Atlantic, la aproximativ 45 de mile (Mila terestră englezească are 1609,31 m. Mila marină este ceva mai lungă (1852 m))*, adică la est de* [oraşul] *Miami din Florida. Vei examina* această *insulă şi ne vei spune dacă are zăcăminte de petrol suficient de mari ca să poată fi exploatate. Dacă e cazul, dă-ne o schemă a secţiunii terenului. Unde trebuie săpat ca să se găsească nisipurile petroliere? La ce adâncime ar trebui săpat puţul pentru extracţia petrolului? Te rog să ne spui, de asemenea, dacă există vreo comoară îngropată pe insulă. În acest caz, de când datează comoara, unde se află şi cui aparţine acum?”* (Lectura 996-1, 14 august 1926)

După cum vedeţi, grupul investitorilor se gândise la toate... Au urmat 12 lecturi despre Bimini - în cursul cărora se va ajunge treptat de la zona petrolieră, la complexul hotelier şi de la petrodolar, la aurul termal! în întrebările puse, Dr. House spune mereu „insula” Bimini, la singular, dar arhipelagul cuprinde două insule principale, mai mari, urmate de o puzderie de insuliţe. O fi omis Dr. House să se uite pe hartă?

„Da, răspunde Cayce, avem în faţă pământul numit, astăzi, Bimini, din Oceanul Atlantic. Dar configuraţia geologică a acestui loc nu este favorabilă petrolului: ar fi o producţie foarte

mică, pentru că în cea mai mare parte, acesta este un atol de coral". (Lectura 996-1)

Într-adevăr, zăcămintele de petrol se află în bazinele „sedimentare". În decursul milioanelor de ani, în ceea ce geologii numesc „cuvete", s-a acumulat o enormă cantitate de depuneri marine şi lacustre - „sedimentele". (În Era Primară, acum 570 milioane de ani, Pământul producea cărbune. Apoi, în Secundar, acum 225 milioane de ani, au apărut dinozaurii. în fine, în Terţiar şi Cuaternar („doar" cu 65 milioane de ani în urmă!) au apărut maimuţele mari şi Omul)

Atolii din Atlantic şi Pacific sunt mult prea recenţi ca să conţină petrol. Forma lor circulară este dată de craterul vulcanic pe care se sprijină. Acolo, milioane de mărunţi arhitecţi animali au construit, din resturile lor, pereţi care s-au tot suprapus de-a lungul secolelor: acesta este coralul! Lucrare recentă dacă o comparăm cu milioanele de ani ale erelor geologice de care au avut nevoie rocile sedimentare - şi petrolul - ca să se formeze. Când spun „recent", poate fi vorba de aproape 12.000 de ani de la scufundarea completă a Atlantidei. Aşa că, domnilor, coralii domniilor voastre sunt prea tineri pentru petrol!

Decepţie în rândul celor care plănuiau să prospecteze insula ca „să facă petro-dolari". Şi atunci, se întrevede alt tip de activitate: turismul. După şapte luni, în lectura condusă de data aceasta de Gertrude Cayce, întrebările capătă altă orientare (cu mai multe precizări topografice, căci între timp au cumpărat o hartă!):

„Vei examina insulele Bimini, de Nord şi de Sud, ca şi platoul continental care le înconjoară. Vei preciza în detaliu ceea ce va trebui să prevedem pentru a finanţa acest proiect de dezvoltare şi urbanizare. Cum

trebuie construite străzile, bulevardele, digurile, canalele, porturile, sistemul de canalizare, o centrală electrică, servicii de distribuire a apei, o uzină frigorifică, curăţătorii şi albitorii şi tot ce trebuie pentru a *face un oraş turistic? Vei răspunde la toate întrebările care privesc acest proiect".*

Aşa cum se vede, investitorii noştri sunt siguri pe ei. Iată răspunsul promiţător al lui Cayce:

„Da, avem în fată insulele, în centrul acelor formaţii naturale, aşa cum se văd ele.

Ar fi multe lucruri de spus despre posibilitatea de a crea în acest loc un ansamblu turistic; s-ar putea face. La început, nu trebuie să fiţi atât de ambiţioşi, ci să porniţi mai modest, să nu atacaţi toate posibilităţile. Într-adevăr, va fi posibil ulterior să se găsească foarte multe surse de venit pentru cei care vor trece la realizarea proiectelor. Căci culmile acelea muntoase - în special de-a lungul coastelor de nord şi de est ale părţii septentrionale a Insulei Sudice - ascund multe minerale variate; şi nu numai asta: există încă multe alte surse de venit... Acest proiect, când va fi realizat, poate fi foarte rentabil. Ar fi bine să supravegheaţi cu atenţie echipele care vor lucra la infrastructură, mai ales operaţiile de dragare, de construire a zidurilor etc., căci e posibil să se facă o serie de descoperiri susceptibile să aducă dolari, dolari, şi iar dolari!" (Lectura 996-12 din 2 martie 1927)

În martie, Cayce a vorbit de minereu... Ce înseamnă acest lucru?

„Şi ce fel de minereu vom găsi acolo?

- ***Aur, spat, ihtiolit".***

Secretara notează că nu este sigură dacă a înţeles bine ultimul cuvânt. Dacă a spus într-adevăr „***ihtiolit”,*** e vorba de roci sedimentare calcaroase, care conţin fosile de peşti petrificaţi. Cât despre cuvântul „***spat”,*** el denumeşte diverse varietăţi de minereu strălucitor. Cum Cayce n-a precizat de care varietate era vorba, încă nu este clar ce profit poate aduce. Oricum, cuvântul „***gold”*** (aur) trebuie să fi zornăit tare în urechile consultanţilor - restul era mărunţiş! Cuvântul magic i-a făcut pe unii să viseze la o nouă Californie (fără indieni şi imigranţi!).

„Şi la ce adâncime trebuie săpat?

- ***Sub zidul proiectat să fie construit începând de pe coasta vestică a Insulei Sudice, până la zona aceea proeminentă, din sudul insulei, la 12-15 picioare adâncime.*** (1 picior englezesc=30,48 cm) ***Filonul utilizabil se întinde pe axa nord-est-sud-vest”.*** (Lectura 996-12)

Şi asta nu e tot:

„După ce va demara acest gen de activitate, se va descoperi, sub mare, mai mult aur decât este astăzi în circulaţie (în lume)!” (Lectura 587-4)

N-am făcut investigaţii în Bimini ca să ştiu dacă această mină a fost exploatată - şi n-am nici o informaţie în acest sens. Dar încă o dată, spusele lui Cayce concordă cu relatările lui Platon, care descrie astfel fabuloasele comori ale „insulei Atlantida”:

„Regii săi, coborâtori din Atlas, aveau atâtea bogăţii cum n-a avut vreodată, înaintea lor, nici un neam de regi, şi nimeni nu va reuşi, cu uşurinţă, să aibă după ei; în plus, ei dispuneau de tot ce le puteau oferi şi cetatea şi restul ţării (...).

În primul rând, aveau toate metalele tari sau moi . (ca plumbul, staniul etc.), extrase din sol prin lucrări

miniere, fără a-l mai pune la socoteală pe cel căruia astăzi i se cunoaşte doar numele, iar atunci exista fizic [oricalcul]”.

Oricalcul este misteriosul metal, care „scânteiază ca focul” şi a cărui natură n-o poate preciza astăzi nici un mineralog. S-a pierdut din vremea Atlantidei şi a lui Platon şi nimeni n-a reuşit încă să-l redescopere!

Dar să vedem ce mai putem afla din ***Critias:***

„Era extras din pământ, în mai mute locuri de pe insulă. Era, în timpul acela, metalul cel mai preţios, după aur (...). Iar locuitorii Atlantidei, cărora pământul le dăruia toate aceste bogăţii, au construit temple, reşedinţe regale, porturi şi arsenale ale marinei”.

Şi Platon descrie acropola din Poseidia:

„(...) de o frumuseţe şi o mărime, a căror simplă vedere te umplea de uimire. (...) Cât despre zidul care înconjura incinta exterioară, l-au acoperit pe toată lungimea cu aramă, ca un fel de tencuială, iar zidul incintei interioare a fost îmbrăcat în staniu topit. În ce priveşte zidul care înconjura acropola însăşi, l-au împodobit cu oricalc, care avea scânteieri de foc.

(...) în mijlocul acropolei, se înălţa templul închinat, în chiar acest loc, lui Clito şi Poseidon; accesul era interzis şi templul era înconjurat cu un gard din aur. Acolo, la începuturi, Clito şi Poseidon au conceput şi au dat naştere rasei „celor două familii regale” fondatoare ale monarhiei atlante”.

Platon relatează istoria acestei monarhii în paginile precedente. Un zid îmbrăcat în aramă, chiar la preţul de acum, nu e chiar o bagatelă! O incintă îmbrăcată în staniu, un gard cu totul din aur… Şi nu s-a terminat:

„Tot exteriorul sanctuarului era îmbrăcat în argint, cu excepţia muchiilor; aceste muchii erau suflate cu

aur. În interior, tot plafonul a fost îmbrăcat în fildeş şi aur, argint şi oricalc, ceea ce crea un aspect de diversitate; şi tot restul, pereţii, coloanele şi pavajul erau acoperite cu oricalc. Statui de aur se înălţau acolo, între care cea a zeului [Poseidon], în picioare, în carul său tras de şase cai înaripaţi; iar ansamblul era atât de mare încât capul zeului atingea plafonul. Erau nereide călărind delfini, în număr de o sută (...). În interiorul sanctuarului, erau multe alte statui, ofrande de la persoane particulare”.

Toate acestea, din aur? Da, desigur:

„În jurul sanctuarului, pe dinafară, se înălţau statuile din aur ale soţiilor celor zece regi [ai Atlantidei] şi ale tuturor descendenţilor născuţi de ele, şi un mare număr de alte ofrande mai puţin importante, provenind de la regi sau persoane particulare din cetate sau din ţări străine, peste care erau suverani aceşti regi [atlanţi]. La rândul său, altarul era, prin dimensiuni şi lucrătură, la înălţimea acestei splendori, aşa cum reşedinţele regale erau proporţionate după dimensiunile Imperiului şi după ornamentaţia sanctuarului”. (Platon, ***Critias***, op. cit., p. 369)

Ei bine, noi suntem nişte calici pe lângă această opulenţă incredibilă!

După câte ştiu, nimeni n-a povestit ce s-a întâmplat cu statuile, cu gardurile de aur, cu placajul mural din aur. Refugiaţii le-au luat cu ei? Această splendoare a rămas, oare, neatinsă până la sfârşit? Este petrificată sub coralii din Bimini? Ne amintim că Atlantida a fost înghiţită „Într-o zi şi o noapte” (Platon, ***Timeu***, traducere de Luc Brisson, p. 112), spune Platon, ceea ce ne face să presupunem că preoţii şi conducătorii n-au avut timp să facă bagaje... Mulţi căutători de comori au trecut deja pe acolo, fie că l-au

citit sau nu pe Cayce. Cei care au găsit ceva interesant nu-şi trâmbiţează descoperirea...

Dacă astfel stau lucrurile, Cayce a „văzut” cea mai fabuloasă comoară scufundată vreodată, demnă de piraţi, pe sub cocotieri! Căutarea continuă!

Oceanografia îi dă dreptate lui Cayce

Dacă s-ar fi descoperit deja această comoară, cred că s-ar şti. Altfel, cine ar folosi-o? Generaţia noastră... sau următoarea? Iată ce afirmă Cayce, în stilul său bizar, despre aceşti atoli coralieri:

„Ţinutul cunoscut ca Bimini, în oceanul Atlantic, este tot ce rămâne astăzi deasupra valurilor, vârfuri de odinioară ale unui continent întins. Şi de acolo a preluat civilizaţia actuală a istoriei noastre mijloacele de a deveni ea însăşi o civilizaţie”. (Lectura 996-1) (Lectură comentată deja în ***Les Propheties d’Edgar Cayce***, *op. cit.,* p. 120)

În lecturile 5750-1, 587-4, 958-33, 996, Cayce va repeta că Bimini este ultimul vestigiu al prodigioasei capitale descrise de Platon.

„Ceea ce numiţi Alta sau Poseidia este continentul atlant?

- Da şi într-un loc din această ţară se afla Templul Poseidienilor”. (Lectura 996-12)

Platon, după cum vom vedea, vorbeşte de o regiune muntoasă. ***„Templul Poseidienilor”,*** adică al lui Poseidon şi al urmaşilor lui, era un fel de fortăreaţă situată pe o acropolă care străjuia oraşul. Acropola era înconjurată de o câmpie şi un lanţ muntos:

„Tot acest loc era foarte înalt şi vârful său străjuia marea, pe când tot teritoriul din preajma oraşului era o câmpie (...). Cât despre munţii din jur, numărul, măreţia şi frumuseţea lor erau ţinute la loc de cinste în vremea aceea, căci erau mai presus de toţi munţii

actuali”. (Platon, ***Critias***, *op. cit.,* p. 369 şi următoarele)

Când citim textele lui Cayce despre Atlantida, nu trebuie să pierdem din vedere perspectiva spirituală care luminează această istorie fantastică. Suntem, din punct de vedere fizic şi cultural, moştenitorii Atlantidei trecuţi prin Egipt, Grecia, lumea celtică şi celtiberică. Şi, de-a lungul ciclurilor de reîncarnare, am fost noi înşine acei nemaipomeniţi oameni roşii. Am păstrat capacităţile lor intelectuale, avem harurile lor artistice şi mediumnice, am reînviat ambiţiile lor tehnologice - dar şi pretenţiile, orgoliul dement, răzvrătirea împotriva legilor divine. De aceea, ori de câte ori vorbeşte de Atlantida, Cayce ne atrage atenţia continuu. Ne vom distruge civilizaţia încă o dată şi din aceleaşi motive? Iar de data aceasta, nu este în pericol doar un continent, ci o întreagă planetă.

Sculaţi-vă, morţilor! Tot ce a dispărut cândva trebuie să iasă din nou la lumină! Cayce este categoric:

„Pământul atlant, care s-a scufundat, va ieşi din nou la suprafaţă. Poseidia va fi între primele ţinuturi ale Atlantidei care vor ieşi la suprafaţă din nou, spre „68 sau „69, nu peste mult timp. Atlantida, odată cu schimbările care se vor produce, se va înălţa din nou”. (Lecturile 2012-1, 958-3, 378-16) (Lecturi comentate în volumul I. Am evocat această temă şi în ***Les Propheties d’Edgar Cayce***, *op. cit.*)

Gurile rele au zis că Cayce s-a înşelat, că nimic n-a apărut din valuri, nici în 1968, nici în „69. Dar exact în acei ani a fost descoperit faimosul „zid” scufundat din Bimini. Să-i dăm cuvântul lui Jacques Gossart: „în 1968, doi piloţi care survolau regiunea au zărit prin apa limpede din largul insulelor Bimini o structură

scufundată”. (Jacques Gossart, ***Les Atlantes hier et aujourd’hui***, Robert Laffont, 1986, p. 30)

Autorul foloseşte cuvântul „structură”, pentru că, aşa cum vom vedea, nimeni nu înţelege încă despre ce este vorba: „Locul se află în largul Insulei Bimini de Nord, lângă o zonă numită Paradise Point”.

Două persoane se vor ocupa curând de zidul din Bimini, din perspectiva ştiinţei: Manson Valentine, conservator onorific la Muzeul de Ştiinţe din Miami, şi Dimitri Rebikoff, expert în fotografie submarină.

Primele cercetări efectuate de Rebikoff permit localizarea unui zid cu lungimea de 60 de metri. Imediat, începe controversa: un anume Harrison, expert în geobiologie, a conchis că ansamblul este de origine strict naturală, în timp ce inventatorii vorbesc deja de „vestigiile Atlantidei”. Această controversă, care a durat ani de zile, s-a stins treptat în faţa confirmărilor aduse de noile descoperiri, care continuă de atunci încoace, la Bimini. „În 1970 - continuă Jacques Gossart - Rebikoff găseşte alt zid, paralel cu primul şi unindu-se cu el într-unul din capete, formând un „U”.

Rebikoff crede că acestea sunt vestigiile unui port atlantic. Zidul este alcătuit din dale dreptunghiulare. Cele mai mici sunt de 1/1,5 m, iar cele mai mari, de 3/4 m. Ceea ce ne duce cu gândul la aşa-numitele ziduri „ciclopice”, pe care le găsim aproape în toată lumea şi a căror caracteristică este prezenţa unor enorme blocuri cioplite, de o exactitate cvasimodernă. Nimeni nu ştie cărei civilizaţii să le atribuie. (Egiptologul William Fix le analizează îndelung în ***Edgar Cayce, la Grande Pyramide et l'Atlantide*** / Edgar *Cayce, Marea Piramidă şi Atlantida* (Ed. du Rocher, reeditată în 1999). Aceste blocuri „ciclopice” formează „aparatul”

de piatră al Marii Piramide din Gizeh şi al multor alte monumente şi vestigii răspândite în toată Europa, Bazinul Mediteraneean, America Centrală şi America de Sud. William Fix le atribuie civilizaţiei atlante) Dar să reluăm descrierea celebrisimului „zid al lui Rebikoff”:

„Studii recente au demonstrat, contrar celor afirmate de Harrison în raportul său, că materialul dalelor este diferit de suportul geologic: aceste dale provin probabil din Insula Bimini de Sud, aflată la 10 km de acolo. Totuşi, o anumită orientare refuză cu obstinaţie să recunoască aceste rezultate şi se bazează tot pe vechile analize ale lui Harrison. Şi astfel încă se afirmă că Bimini este o farsă... Totuşi, elementele care pledează în favoarea unei origini artificiale a „structurii” sunt suficient de multe acum: diferenţa de material între fundul oceanic şi dale, aspectul regulat al „structurii”, existenţa unor suporturi în cele patru colţuri ale dalelor, acestea fiind suprînălţate şi nefiind sprijinite pe sol!” (Jacques Gossart, *op. cit.*)

În plus, pe această platforma submarină („platoul continental”) din jurul insulei Bimini, au fost descoperite alte „structuri geometrice” alcătuite nu din pietre, ci din ierbare acvatice. Le-am văzut filmate şi sunt de-a dreptul stranii: seamănă cu planurile arhitectonice ale unui oraş.

„Dacă s-a dovedit acum că structura din Bimini a fost construită artificial - mai spune Gossart - rămâne să răspundem la două mari întrebări, şi anume: când şi cine a făcut-o? Pentru a răspunde la prima întrebare, este suficient să observăm variaţiile nivelului mării în această regiune. Se ştie, într-adevăr, că arhipelagul se scufundă constant în ocean, de cel puţin patru mii de ani” (Gossart, *op. cit.*)

Cu toate acestea, unii savanţi cred că de câţiva ani (***„1968 sau 1969”***, cum spunea Cayce), arhipelagul Bimini începe să se ridice, fapt care aduce platourile submarine mai aproape de suprafaţa apei. De aceea, în cursul primei recunoaşteri aeriene, s-a putut zări fundul aflat acum la o adâncime destul de mică, precum şi „structurile” geometrice profilate pe fundul oceanului, prin aceste ierbare. De altfel, există numeroase dovezi oceanografice de ieşire din apă a unor zone din Atlanticul de Nord, în urmă cu mii de ani:

„Calculul făcut de trei specialişti americani arată că structurile din Bimini erau scufundate şi în urmă cu vreo 8 - 10.000 de ani. Această perioadă reprezintă vârsta minimă a structurilor respective, întrucât trebuie să presupunem că erau utilizabile numai la suprafaţă (...) Unele falii recente au permis, în Florida, dezgroparea unor rămăşiţe ale omului de Cro-Magnon, datarea cu carbon 14 le stabileşte o vechime de aproape 10.000 de ani. Această descoperire este fundamentală şi readuce în discuţie tot ce se ştia despre preistoria americană (...). Rămâne încă mult de făcut la Bimini. Bineînţeles că trebuie continuată studierea zidului şi începerea examinării celorlalte construcţii, care au fost reperate în împrejurimi - între care una seamănă bine cu o piramidă!” (Gossart, *Op. cit.*, p. 33)

Se ştie de asemenea că „expediţia întreprinsă de comandantul J. Y. Cousteau, cu „Calypso”, a descoperit la 50 de metri adâncime în largul Andros-ului [alt arhipelag din zonă, vecin cu Bimini] o mare grotă submarină cu stalactite şi stalagmite. Întrucât acestea nu se pot forma decât în aer liber, grota trebuie să fi fost o peşteră situată mult deasupra nivelului mării. După sedimentele submarine prelevate de pe pereţii

grotei, terenul a fost înghiţit de ape acum 12.060 de ani”. (Andrew Tomas, ***Les secrets de l'Atlantide*** / *Tainele Atlantidei*, Ed. R. Laffont, 1976, p. 214. Cititorii mei pot consulta cu folos şi excelentele cărţi semnate de Pierre Carnac (***L'Histoire commence à Bimini*** / *Istoria începe la Bimini*, R. Laffont, 1973) ca şi excelentele lucrări ale profesorului Gattefosse, de la Universitatea din Aix-en-Provence, despre numeroasele dovezi oceanografice ale existenţei unui mare continent scufundat în urmă cu 12.000 de ani, în Oceanul Atlantic)

Dovezile ştiinţifice abundă, susţinându-l pe Cayce, atunci când vorbeşte de ***„vârfurile de odinioară ale unui continent întins”*** şi de ***„aceste vârfuri muntoase”,*** care sunt tot ce a mai rămas din masivele înalte ale Atlantidei, descrise în ***Critias.***

Bogăţiile reprezentate de aur, „oricalc”, argint, aramă, staniu şi alte metale citate de Platon şi Cayce n-ar putea să existe într-un sol coralier, care este, după cum am arătat mai sus, un material calcaros recent („recent” în termeni geologici, adică de numai câteva mii de ani). Filoanele acestor diverse minereuri se găsesc în terenurile cristaline: rocile vechi, vulcanice şi „metamorfice” (adică cristalizate în contact cu magmele vulcanice).

De la începutul acestui secol, s-a explorat mult adâncurile Atlanticului, Iată un ocean unde se fac mereu descoperiri ciudate. Stalactitele comandantului Cousteau sunt doar un exemplu dintr-o mie! De exemplu, geologii ştiu foarte bine să facă deosebirea între o lavă vulcanică răcită şi întărită în aer liber şi alta, răcită în apă. Or, marile gropi oceanice din Atlantic, insondabilele povârnișuri abisale, sunt mărginite de vulcani submarini. Şi iată că, în mai multe

locuri, au fost găsite bazalturi provenite de la vulcani de suprafaţă. Mai exact, torente de lavă care s-au răcit şi întărit în aer liber. Dovadă că aceşti vulcani trebuie să fi fost deasupra nivelului mării într-o epocă recentă. Şi regăsim aceeaşi datare: ceva mai mult de 10.000 de ani înaintea erei noastre sau chiar 12.000! Sondajele, eşantioanele de sol submarin prelevate din adâncuri aduc adeseori la suprafaţă mostre de plante şi animale terestre, care au trăit la lumina soarelui, în zonele acoperite astăzi de ocean. Pot fi datate cu carbon 14 şi apare tot aceeaşi dată, pentru acelaşi nivel geologic. (Cercetările întreprinse de IFREMER (Institutul Francez de Cercetare şi Exploatare Marină) folosesc un submarin specializat, „Nautil”-ul, care poate coborî la 6.000 de metri adâncime. Acesta rezistă la presiunea fantastică a apei din marile abisuri (până la 600 kg/cm^2!), este echipat cu două braţe manipulatoare teleghidate, camere video, proiectoare de mare putere, ca să exploreze lanţul de munţi submarini din Atlantic şi numeroşii lui vulcani. Cercetătorii de la IFREMER estimează că majoritatea lavelor vulcanice de pe fundul Atlanticului au aceeaşi vârstă, „aproape 10-12.000 de ani”, spun ei)

Mai este şi misterul reliefului de pe acest „platou continental”, adică imensele câmpii submarine relativ plate (sau în pantă lină), care mărginesc insulele şi continentele. Se regăsesc acolo urme de faleze, care indică văi de odinioară, acum scufundate. În mijlocul acestor întinse şesuri submarine, se observă canioane misterioase (chei abrupte săpate în câmpie), a căror formă sugerează că s-au format în aer liber (de exemplu, canionul Hudson, trecătoare submarină foarte adâncă, din largul New-York-ului, care nu corespunde gurii nici unui fluviu terestru); sau în

Franţa, celebrul „Gouf” din Cap-Breton, în faţa vechii văi a Adourului. Majoritatea oceanografilor cred că Oceanul Atlantic a apărut târziu (***Précis de Géologie*** / *Mic tratat de geologie*, Auboin, Brousse & Lehman, Ed. Dunod, 1973, vol. III, p. 165), adică o mare parte a întinderii sale actuale este de dată foarte recentă (tot în termeni geologici!).

Energia blindă a mareelor

Aurul înseamnă profitul rapid, ploaia de dolari, fără prea multă osteneală... Aşteptând să fie descoperită grota lui Ali Baba, curajoşii puteau să lucreze la Bimini, exploatând alt gen de filoane: turismul, pescuitul, apele termale... Şi hidro-electricitatea! Consultanţii lui Cayce n-aveau asemenea gânduri - dar el îi încurajează puternic în această direcţie:

„Acest şenal (între Bimini de Nord şi Bimini de Sud) poate fi exploatat şi pentru producerea de energie hidraulică. Se va putea construi o centrală hidroelectrică, folosind energia valurilor - şi, la nevoie, a mareelor, cum s- a făcut în Golful Fundy. Căci dacă se construieşte un dig de legătură între coastele vestice ale celor două insule care încadrează şenalul, acesta va putea fi deschis sau închis, creând astfel o mare interioară pentru navigaţia de agrement, pescuit, baie etc.: se va putea deschide sau închide acest dig, după dorinţă. Se poate concepe ansamblul de lucrări dintre coasta nordică a Insulei de Sud şi coasta sudică a Insulei de Nord, astfel încât să includă o uzină care foloseşte forţa motoare a mareelor, care va

furniza curent electric întregului arhipelag. Asta va permite valorificarea terenurilor şi urcarea preturilor". (Lectura 996- 15)

Golful Fundy (sau Golful Frunzelor) amintit aici, este situat pe coasta atlantică a Canadei. El deţine un record mondial de „marnaj", adică de denivelare (peste 19 metri de diferenţă între nivelul cel mai înalt al apei mării şi cel mai scăzut!) La Granville, în Golful Muntelui Saint-Michel, avem „numai" 16,1 metri, ceea ce nu-i rău deloc. La Bimini, sunt doar maree mici (marnaj de 0,1-1 m).

Ideea exploatării fluxului şi refluxului este veche şi se inspiră din „morile de maree" sau „morile de mare", construite altădată pe coastele bretone. Principiul e simplu: când creşte, marea creează un curent de maree foarte puternic, analog curentului fluviilor. Când „coboară", acest curent se inversează, retrăgând milioane de metri cubi de apă, care au fost transportaţi până la nivelul maxim al fluxului.

„Această mişcare dublă - fluxul şi refluxul - se produce de două ori pe zi pe coastele Franţei (maree semidiurnă); însă în alte locuri din lume, este un singur dus-venit al mării, pe zi (maree diurnă); sau uneori două refluxuri şi două fluxuri de durate foarte inegale, ceea ce numim „maree mixte". Acest ultim tip se întâlneşte la Bimini. Curenţii marini nu sunt cei mai răspândiţi curenţi, dar sunt cei mai susceptibili de viteze mari. Unii pot atinge 8 noduri, 12 noduri şi chiar mai mult". (A. Guilcher, ***Précis d'hydrologie marine*** / *Mic tratat de hidrologie marină*, Masson et Cie, p. 122)

Sunt printre cei mai violenţi din lume, când se opintesc să treacă peste o strâmtoare (numită „raz", în

Bretagne) - aşa cum există între Bimini de Nord şi Bimini de Sud.

Iată de ce pot fi utilizaţi ca nişte curenţi fluviali, a căror forţă pune în mişcare o turbină, generând curent electric. Când se construieşte un baraj pe un fluviu, se reţine astfel apa şi se creează o denivelare, care va provoca o cădere, regularizând debitul. În acelaşi mod se poate construi un baraj la gura de vărsare a unui râu în mare, unde urcă mareea. Aşa s-a procedat în Bretagne, în secolele trecute, când „morile de maree" erau amplasate în acele văi abrupte, tipice pentru coastele armoricane.

Vechile mori de maree bretone cuprindeau: un dig care închidea canalul, creând un bazin; vane, care permiteau umplerea bazinului la flux; o roată cu zbaturi care asigura golirea bazinului la reflux, producând forţa motrice. Aceste mori, care nu produceau energie decât o dată/maree, realizau un „ciclu cu efect simplu". Exista una în estuarul râului Rance, cu faţa spre Saint Malo, foarte aproape de Golful Muntelui Saint Michel, care beneficiază şi el de una dintre cele mai puternice maree din lume (marnajul atinge 13,5m).

Locuitorii din Saint Malo nu auziseră de Cayce, însă erau renumiţi pentru îndrăzneala lor pe toate mările lumii. Ideea de a construi o centrală care să folosească puterea valurilor, în estuarul râului Rance, este foarte veche şi totodată foarte nouă; ei pun în practică - fără să ştie - exact ceea ce-i sfătuia Cayce pe consultanţii săi!

După studii prealabile care au durat 25 de ani, s-a construit deci această uzină absolut nemaipomenită. Le recomand călduros cititorilor mei să o viziteze. Este amplasată pe un baraj de 750 m lungime, care adună

apa, creând ***„o mare interioară”*** de 2200 hectare. „Principiul de funcţionare este acelaşi ca al morilor de maree, însă datorită grupului „bulb” care permite turbinarea în ambele sensuri ale curgerii apei, se produce energie atât la umplerea bazinului, cât şi la golirea lui. Acesta este ciclul cu „efect dublu”. Ansamblul cuprinde: o ecluză, care restabileşte navigaţia între bazin şi mare; uzina propriu-zisă, amplasată în partea cea mai adâncă a râului Rance, care adăposteşte 24 de grupuri bulb” (se poate vizita - e ceva măreţ!); un baraj mobil, echipat cu 6 vane, care realizează exact proiectul descris de Cayce: adică un „dig mort” (care nu se mişcă) care completează închiderea estuarului astfel:

„Legând coastele (...) ce încadrează şenalul, care va putea fi deschis sau închis, creând astfel o mare interioară pentru navigaţia de agrement, pescuit, bancuri de peşti etc. (...) astfel incit să includă o uzină care foloseşte forţa motrice a mareelor şi care va furniza curent electric întregii regiuni”

Schema de funcţionare descrisă de Cayce pentru Bimini a fost realizată în golful Saint-Malo! Ai zice că inginerii de la EDF (Élécricité de France) l-au citit pe iubitul nostru Edgar!.

De pe drumul care trece pe acoperişul uzinei, se poate vedea barajul foarte bine. Dacă ajungi când se ridică „podul mobil” al ecluzei ca să permită trecerea vapoarelor, opreşti maşina, cobori şi admiri peisajul (spectacolul este atât de măreţ încât nimeni nu se plânge de oprirea circulaţiei!). Aşa cum spusese Cayce, această uzină furnizează ***„curent electric pentru întreaga zonă”*** (productivitate netă anuală: 600 de milioane de kw/h).

În 1998, această uzină primea 300.000 de vizitatori pe an şi 26.000 de vehicule, în medie, pe zi (în timpul verii, 35.000); 17.000 de vapoare trec prin ecluză în fiecare an; 80 de persoane lucrează acolo, la centrală. Lucrările au demarat în 1961, iar ecluza a fost dată în funcţiune la 19 noiembrie 1962. Preşedintele Republicii a inaugurat uzina la 26 noiembrie 1966... la limita dintre Scorpion (Apa) şi Săgetător (Focul şi Bretagne!). În fine, ultimul dintre cele 24 de grupuri „bulb” (adică turbine imense, care produc electricitate) a fost pus în funcţiune la 4 decembrie 1967. De atunci, se învârte, poluând infinit mai puţin decât o centrală atomică!

Piscinele termale ale lui Poseidon

Aur, turism, curent electric... este deja mult. Şi tot mai e ceva: termalismul. Mormântul Atlantidei dispărute ar fi de o bogăţie incredibilă, pe care numai Cayce o presimţise pe atunci. Dar când era treaz, nu ştia de Platon, nu ştia că în munţii descrişi de filosoful grec curgeau izvoare termale:

„Cât despre izvoarele cu apă rece şi cu apă caldă - al căror debit era bogat şi inepuizabil, având fiecare, datorită gustului şi calităţilor excelente ale apei, întrebuinţări caracteristice atlanţii le foloseau amplasând construcţii în jurul lor, plantând copaci adecvaţi naturii apelor şi instalând, de jur- împrejur, bazine, unele descoperite, altele acoperite, destinate băilor din timpul iernii. Erau pe de o parte rezervoarele regale, iar pe de altă parte, cele ale persoanelor particulare, şi altele pentru femei, fără să le mai punerii la socoteală pe cele destinate cailor şi animalelor de povară, fiecare cu o decoraţie adecvată.

Apa curentă era condusă spre codrul sfânt al lui Poseidon, ca să îngrijească arborii de toate felurile, pe care fertilitatea solului îi înzestra cu o frumuseţe şi o înălţime cu adevărat divine. De asemenea, apa era dirijată spre incintele exterioare, prin canalizări amenajate de-a lungul podurilor". (Platon, ***Critias***, *op. cit.*, p. 370 şi următoarele)

Atlanţii cunoşteau atât de bine apele termale încât construiseră acel lucru necunoscut nouă: talasoterapia şi termalismul pentru cai! Şi remarcaţi rafinamentul: de jur-împrejurul piscinelor termale, atlanţii plantau „copaci adecvaţi naturii apelor"! Acest lucru ne pune pe gânduri... şi nu ştiu dacă există acum mulţi specialişti în „parcuri şi grădini termale".

În ceea ce priveşte medicina termală propriu-zisă, această tradiţie s-a perpetuat în lumea celtică: în Marea Britanie, Franţa, Italia, Germania, Belgia etc.... În toată Europa, de mii de ani, lumea „merge la băi", pentru a trata orice!

Am folosit de multe ori „apele" franceze, elveţiene şi italiene - cu cel mai mare folos pentru sănătatea mea şi a copiilor mei. Pe atunci, nu vedeam nici o legătură cu Atlantida: nu-i citisem nici pe Platon, nici pe Cayce! Şi apoi, într-o zi, s-a produs declicul... Am ales pentru cura de ape un loc cu totul extravagant, un loc fermecat, aflat în afara timpului: Saturnia. Este un sat italian din Toscana (Adresa sanatoriului termal din Saturnia: Terme di Saturnia, 5805 Saturnia, Provincia Grosseto, Italia), pierdut într-o gigantică incintă fortificată, prea mare pentru el. Ducându-mă să cercetez lucrurile mai de aproape, am avut o surpriză! Incinta era făcută din blocuri „ciclopice", enorme, impecabil tăiate, cu mai multe colţuri (de obicei, nu numai patru), îmbinate cu o

precizie de ceasornicar în zidurile gigantice. Zidurile din istoria noastră, ziduri romane de pretutindeni, ziduri romane din Roma, ziduri gotice sau arabe dau o impresie de sărăcie, de dezordine faţă de aceste ziduri impunătoare. Or, conform tradiţiei, Saturnia din Etruria (adică din Toscana) a fost capitala lui Saturn, fratele lui Poseidon/Neptun, regele detronat al Italiei din timpurile eroice. Preistoria cunoscută de noi ne spune că înainte de italieni au fost romanii, şi mai înainte, etruscii. Dar înainte de etrusci? Nu se ştie. Atlanţii? în mod sigur, aşa cum indică şi această legătură locală cu Poseidon/Neptun, fondatorul Atlantidei. Cayce spune că ***„imperiul atlant se întindea până la Marea Tireniană”,*** care scaldă astăzi ţărmurile Toscanei - numele modern al ţării etruscilor. Cât despre geologi, ei cred în existenţa unui continent scufundat, Tirenida, ale cărei ultime rămăşiţe de suprafaţă ar fi Corsica, Sardinia, Sicilia, Italia. O colonie a „***oamenilor roşii”?***

Sătucul Saturnia din centrul ţinutului toscan nu este decât o mână de ruine: se văd încă acolo drumuri romane foarte frumoase, străzi romane, ziduri romane - şi somptuoase construcţii atribuite etruscilor, pe câmpul din jur. Se văd mai ales faimoasele ziduri „ciclopice”. Şi... asta nu e tot: există de asemenea o piscină termală milenară! Tradiţia locală, susţinută de săpăturile arheologice, confirmă faptul că bazinul de apă caldă sulfuroasă era exploatat cu mult înainte de romani, încă din timpul regilor etrusci. Termalismul pare o caracteristică a civilizaţiei atlante.

Lui Cayce i-ar fi plăcut să-şi vadă concetăţenii apelând din nou la binefacerile termalismului. Dar n-a prea fost înţeles... Din păcate, curele termale folosite încă de indieni sunt tratate astăzi, în Statele Unite, ca nişte rude sărace. Această formă de medicină

(termalismul şi talasoterapia) rămâne o specialitate europeană, mediteraneană, dar şi japoneză. În America, marele public crede că apa termală ţine de „medicina indiană”, deci „primitivă”, prin urmare nu foarte „***clean”*** (engl., „curată”, n.tr.). Aşa se spune acolo.

Mare păcat! Şi iată de ce putem număra pe degete lecturile lui Cayce despre termalism! Să începem cu cele referitoare la Bimini. Prima evocă un izvor termal datând din timpul Poseidiei:

„Veţi găsi ape sulfuroase în vechiul şenal, la capătul nordic al părţii meridionale a Insulei de Nord. Aceste ape conţin sulf negru care, pentru unele afecţiuni, este un tratament excelent. Se va putea construi acolo un sanatoriu termal pentru băi, foarte eficiente în vindecarea mai multor tipuri de boli, mai ales ale sistemului nervos, ca şi reumatismele. Nu e foarte adânc, doar la 89-90 de picioare [aproximativ 27 de metri], ***înţelegeţi?”*** (Lectura 996- 12)

O altă lectură fusese făcută pentru o doamnă din înalta societate, de profesie aviatoare. Cayce îi vorbeşte de un puţ care ar fi existat în Bimini în vremurile Atlantidei. Acesta avea o apă termală, înzestrată cu numeroase virtuţi terapeutice - ca şi alte izvoare din jur. Întrucât puţul a fost părăsit, frumoasa doamnă întreabă:

„Ar putea fi refăcut acum ca să-i folosim apa?

- Multe informaţii v-au fost date deja prin această sursă de informare [Cayce însuşi]. ***Vi s-a spus deja cum ar putea fi dezvoltat acest domeniu precis, care datează din perioada atlantă (...). Aţi putea să întemeiaţi acolo un centru cu dublă menire: vindecarea anumitor***

tipuri de afecţiuni (nu numai cu apele scoase din puţul respectiv, ci şi cu cele din împrejurimi, care conţin aceleaşi principii active); şi, de asemenea, un institut de cercetări arheologice”. (Lectura 587-4)

În concluzie, la Bimini se găsesc trei tipuri de ape termale: cele care pot fi captate printr-un puţ, pompând direct în pânza freatică, cele care ies la suprafaţă sub forma unui izvor (lângă puţurile respective, spune Cayce) şi, în fine, cele care apar sub mare. Aceste izvoare „hidrotermale” submarine sunt cu siguranţă mai „vizibile” şi deci mai uşor de localizat - dar nu neapărat şi mai uşor de exploatat. Marele lanţ de munţi submarini, care străbate fundul oceanului Atlantic de la nord la sud, conţine foarte multe izvoare „hidrotermale”. Apele lor sunt pline de săruri minerale diverse, între care sulful, care permit viaţa animală din marile abisuri. Nu erau cunoscute până în 1978, dată la care submarinul Nautile, de la IFREMER, despre care am vorbit mai sus, a început să le descopere. Se văd foarte bine pe fotografiile submarine: ies din falii sub forma unor coloane de bule, care le fac să semene cu nişte dâre de fum. Aceste ape termale sunt atât de calde încât pot ajunge până la 350 de grade! O misiune a IFREMER, „Oceanaut”, din august 1995, le-a observat îndeaproape.

Eu şi copiii mei ne-am scăldat în mare, în Tunisia, în luna martie, - evident, era foarte rece, aşa cum e de aşteptat iarna. Într-un anumit loc al falezei, ieşea apa fierbinte a unui izvor termal submarin: extraordinar efect de saună! Şi la Ischia, lângă Neapole, şi pe toată această coastă a Italiei de sud, găseşti astfel de izvoare termale care sunt exploatate. Există şi în Japonia: oamenii intră în mare la bordul unor mici

cabine asemănătoare cu „ouăle” telefericelor. Se combină astfel termalismul cu talasoterapia, pentru că principiul celei din urmă este încălzirea apei de mare!

La Bimini, după Cayce, s-ar fi reunit toate aceste forme de vindecare. Lectura 587 localizase puţul termal pe coasta răsăriteană a Insulei de Nord. În 1935, aviatoarea s-a dus la faţa locului şi a găsit „*un puţ de apă dulce (...) înconjurat, în partea de sus, de un ghizd făcut din pietre cu o granulaţie foarte specială. Ceea ce m-a uimit sunt acele simboluri stranii gravate pe ele”* (scrisoarea consultantei 587 către Edgar Cayce). Fiul lui Cayce, Hugh Lynn, relatează că s-a dus şi el acolo după câţiva ani şi n-a găsit nimic, nici măcar puţul. (Hugh Lynn Cayce, ***Earth changes*** / *Pământul se schimbă* A.R.E. Press, 1980)

Mai multe uragane răvăşiseră insula de la un cap la altul, dislocând nisipul şi argila. Secretara lui Cayce, Gladys David Turner, citează o lectură neînregistrată care ar fi fost făcută pentru doamna aviatoare şi care precizează că nivelul puţului depinde de maree. Arhipelagul Bimini, din ansamblul întins numit Bahamas, era pe atunci o colonie britanică (British West Indias). Astăzi, este un stat independent, extrem de sărac, unde Natura îşi recapătă drepturile asupra pământului ieşit din ape - ceea ce îngreuiază considerabil săpăturile terestre.

Tradiţia indiană a izvoarelor termale în Statele Unite

O altă persoană avea în vedere exploatarea unui izvor termal, de data aceasta în Ohio. Secretara lui Cayce a fost pusă să-şi întrebe patronul adormit, conform ritualului:

„Aveţi în faţa dumneavoastră apa izvorului situat la ferma Finkle, la nouă mile spre est faţă de Circleville, districtul Pickaway, statul Ohio. Am adus aici un eşantion de apă din acest izvor. Faceţi-ne, vă rog, analiza şi spuneţi-ne dacă poate avea vreo utilizare în tratarea bolilor umane. Dacă da, pentru ce boli şi în ce mod?

- Da, găsim că această apă va fi binefăcătoare pentru mulţi oameni, ca să-i vindece de boli. Sunt însă unele la care această apă nu face bine.

Iată analiza ei şi iată tipul de boli Fizice pe care ea le va putea vindeca.

Pentru început, găsim că este o apă uşoară, care conţine numeroase oligoelemente minerale dizolvate. Mai întâi, un compus al iodului şi fierului, şi compuşi ai magneziului şi sodiului. Dacă aţi încălzi această apă, aţi vedea cum se formează depuneri de săruri, de sodiu, de bicarbonat de sodă, de sulfat de sodă şi un compus pe bază de litiu (...). Această apă urcă din adânc, trecând prin straturi de sare şi sodă, înainte de a ajunge la suprafaţă. În unele locuri, ea traversează bancuri de săruri provenite din vechi zăcăminte petroliere.

Proprietăţile acestor oligoelemente minerale sunt, foarte des, eficiente pentru îngrijirea bolilor corpului omenesc. Totuşi, chiar în cazul când folosirea acestor ape este benefică, ea nu poate vindeca chiar toate bolile, într-adevăr, majoritatea perturbărilor corpului fizic (nu vorbesc aici de forţele mentale) vin din blocarea unui centru glandular de către o presiune locală, care îl izolează de restul

organismului. Şi asta duce fie la o încetinire într-un organ sau într-un sistem (iar acesta nu mai este irigat sau hrănit suficient), fie la o hiperactivitate care provoacă o congestionare. Acesta este cazul constipaţiei, de pildă, care este urmarea unei proaste funcţionări a ficatului şi rinichilor. Pentru cei cu afecţiuni renale şi probleme în zona pelviană, această apă ar fi contraindicată.

în schimb, pentru cei care nu reuşesc să elimine deşeurile, nu din cauza rinichilor, această apă va fi benefică, însă trebuie folosită împreună cu alte terapii. În aceste cazuri, trebuie folosită din belşug şi fără alte tipuri de apă. Încălzind-o. se obţine o baie excelentă pentru cei cu afecţiuni ale pielii, mai ales când erupţiile sunt cauzate de o insuficientă eliminare a toxinelor la nivelul circulaţiei capilare”. (Lectura 1447-1)

Se vede din această lectură detaliată ce mult dorea Cayce dezvoltarea termalismului. Bineînţeles, aşa cum spune el, apa termală ***„nu poate vindeca singură chiar toate bolile”,*** căci „medicina termală este exact la confluenţa medicinei curative cu cea preventivă”. Compoziţia apelor, echipamentul termelor, competenţa şi experienţa medicilor şi a personalului paramedical, amenajarea infrastructurilor, animaţia culturală şi sportivă concură la obţinerea unor rezultate excelente asupra celor care urmează cura”. (***Le Guide du Thermalisme pratique*** / *Ghidul termalismului practic,* conceput şi editat de Philippe Lance, în 1987, ca şi ***Le Guide marin de la Thalassothérapie*** / *Ghidul marin al talasoterapiei.* Philippe Lance era un tânăr care pornise singur în

aventura editorială, cu această primă carte. A murit epuizat de atâta muncă. Tot adunând nopţi nedormite şi surmenai, s-a îmbolnăvit de tuberculoză. încă nu împlinise douăzeci şi cinci de ani. li rog pe cei care l-au cunoscut să dăruiască un gând bun acestui truditor sacrificat, care a contribuit la renaşterea termalismului. 0 parte din lucrările actuale s- au inspirat din acest mic ghid, care a fost între primele) Da, acest lucru se întâmplă când faci cura de apa minerale într-o atmosferă destinsă.

Educarea sănătăţii este adevărata prevenire. Aceasta îl face pe cel ce urmează cura, într-un cadru privilegiat, să-şi poarte singur de grijă, să-şi schimbe comportamentul, să regăsească acolo starea de sănătate optimă şi bunăstarea, redescoperind cu ocazia acestei cure dietetica, somnul bun ca şi unele activităţi uitate, fizice, intelectuale şi artistice.

Avem o poziţie deosebit de bună în Europa ca să ne bucurăm de binefacerile termalismului: „Cu aproape o mie de izvoare minerale şi peste o sută de staţiuni, Franţa are unul din patrimoniile cele mai bogate din Europa”, mai scrie Jacques Verrier, preşedintele Sindicatului naţional al sanatoriilor termale, în lucrarea citată.

Cayce era foarte dornic de a-şi încuraja pacienţii să practice termalismul. El recomanda mereu toate formele de terapie cu apă:

„Purificaţi-vă corpul cu apă simplă. Practicaţi hidroterapia, da. Inclusiv clismele, băile de abur, masajele complete...” (Lectura 31174-1)

„Hidroterapia şi masajele sunt totodată foarte preventive şi curative. Asta contribuie la curăţirea organismului, permiţându-i să-şi reia

funcţionarea normală, eliminând toxinele, vindecând congestiile, readucând echilibrul acolo unde problemele se pot agrava". (Lectura 257-254)

În ultima serie de lecturi (şi mai clare) despre termalism, Cayce vorbeşte de un izvor situat la Talladega, în statul Alabama. Domnul 707, care a cerut lectura, fusese ***medicine mari*** indian (şaman) în viaţa precedentă. Amenajase, în acea regiune, un izvor pentru vindecarea bolnavilor, de unde şi interesul său actual pentru această problemă. În viaţa actuală, vindecătorul indian se reîncarnase în familia omului alb cu care se împrietenise, după cum vom vedea:

„În viaţa precedentă, entitatea a trăit in ţara unde s- a născut acum, în locul numit astăzi Talladega şi în împrejurimi. Ai fost între primii indigeni din regiunea aceasta care s-au împrietenit cu fraţii albi imigraţi în această ţară. Au fost propriii tăi strămoşi, adică familia în care te-ai întors pe pământ şi al cărei nume îl porţi. Căci ai fost primul, ca „medicine man" al acestor triburi, care a semnat un pact de fraternitate cu străbunicul tău biologic. Trebuie ştiut că triburile de atunci stăpâneau un teritoriu întins, din care nu mai rămân acum decât nişte izvoraşe; iar tu, în mijlocul lor, în deplinătatea puterii, ai construit primele canalizări din regiunea aceea, ca să aduci vindecarea atâtor oameni care sufereau de ceea ce numim astăzi bolile bătrâneţii. Şi chiar s-ar putea regăsi acum elemente încă intacte în multe locuri!

Te numeai Tecum Tec, adică Stâncă, aşa cum ţi-au spus superiorii ierarhici, din altă ţară, şi cei cu care te-ai împrietenit. Aşa cum arată

acest nume, le aduceai forţa şi priceperea ta. (...) Şi să ştii, băiete, că ai îngropat acolo bijuterii şi aur care ţi-au fost încredinţate. Sunt tot acolo, Ungă vechea pompă a puţurilor, lângă vechea casă a izvorului".

„Vă rog, dacă puteţi să-mi precizaţi mai exact unde se află aceste canalizări de apă termală pe care le-aş fi instalat acolo, într-o încarnare precedentă, lângă Talladega, Alabama.

- Păi, în ţinutul unde trăiau cei din tribul tău, oamenii roşii, acele populaţii venite din Templul Poseidiei!" (Lectura 707-1)

Cayce îi evocă aici pe supravieţuitorii Atlantidei (***„Împărăţia omului roşu",*** să nu uităm!) care s-au refugiat pe continentul american şi din care descinde o parte din indienii din Statele Unite (în orice caz, pe coasta de est).

„Erai, între ei, aşa cum ţi-am spus, vindecătorul, misticul, înţeleptul, iniţiatorul - ***şi ai amenajat acolo, pentru acei locuitori, un loc de odihnă după sezonul de vânătoare, care-i aducea spre nord, spre marile căderi de apă şi stâncile saline (...). Acele triburi puternice se adunau acolo ca să asculte cuvântul celui ce le învăţa.***

Entitatea a construit, acolo, canalizări din lemn de cedru, în locul unde se putea transporta materialul pentru corturi destinate odihnei. Şi numai la acele triburi, în locul acela, se putea găsi un fel de spital, cu o construcţie care permitea acordarea de îngrijiri celor ce aveau nevoie de odihnă. Locul fusese ales datorită unui izvoraş cu apa bună pentru cei bolnavi. Această apă trata mai ales infecţiile datorate apei

poluate, tulburările digestive, bolile febrile etc. Toate acestea au dispărut, sau aproape, iar canalizările au fost acoperite. Totuşi, locul taberei propriu- zise, la sud şi la est de ceea ce numim acum Talladega, încă îţi poate fi arătat de câteva persoane. Acolo, pe malul acelui pârâiaş aproape invizibil astăzi, se pot regăsi câteva urme ale trecutului. Pe de altă parte, dacă vei vrea să cauţi în tine însuti, în străfundul fiinţei tale lăuntrice, vei recunoaşte acele terenuri. De asemenea, poate vor veni şi cei care ţi-au fost alături altădată [Cayce se referă aici la spiritele Naturii], ***îi vei simţi în jurul tău. Te vor ajuta nu doar să afli unde erau bunurile tale, să le regăseşti, ci şi să înţelegi cum era iubirea fraternă care te lega de cei din familia unde aveai să te întorci mai târziu, familia al cărei sânge îl ai astăzi. Atunci vei înţelege unde sunt bijuteriile, aurul şi odoarele îngropate. Şi mai mult de atât: semnificaţia emblemelor păcii folosite de popoarele acelei epoci.***

Caută în tine şi vei găsi!

Pot fi nişte indicaţii în ceea ce-ţi spun eu, dar adevăratele informaţii le vei găsi căutând în tine însuţi”. (Lectura 707-2)

Pe vremea lui Cayce, revelarea unei vieţi anterioare de indian - adică în altă rasă decât cea albă - îi deranja grozav pe consultanţi. Unele lucruri nu erau plăcute la auz. De unde şi sfatul din lectură: „Domnule dragă, să începi prin a medita la fraternitatea dintre popoare. Şi, dacă te vei medita cum se cuvine, îngerul locului te va răsplăti: îţi vei regăsi lingourile de aur!” Domnul 707 nu prea s-a grăbit să urmeze sfaturile lui Cayce. Confruntarea cu viaţa anterioară de indian nu

pare să-l fi încântat. Va mai cere alte cinci lecturi pe aceeaşi temă şi se simte că lui Cayce i se făcuse lehamite să tot repete:

„Cum ţi-am spus şi te-am mai sfătuit deja, ar fi bine să încerci identificarea locului despre care ţi-am vorbit. Nu doar pentru o satisfacţie materială, ci şi pentru una sufletească. Du-te în regiunea aceea, în anumite perioade, cum ţi s-a spus de mai multe ori. Căci acolo sunt energii naturale, adică Energiile Naturii [spiritele Naturii], ***care ar vrea să colaboreze cu tine ca să te ajute să-ţi împlineşti dorinţa: localizarea exactă a zonei unde ai trăit”.*** (Lectura 707-5) (Fragment de lectură citat în volumul III, p. 53)

Să învăţăm a asculta glasurile Naturii

Mai ales perspectiva de a regăsi comoara ascunsă în ruinele „sanatoriului său termal” îi surâde domnului 707... care domn, însă, nu se gândeşte deloc să refacă sanatoriul însuşi. Totuşi Cayce priveşte această căutare astfel: dacă fostul şaman îşi recapătă comoara, foarte bine, trebuie să trăiască! Dar această căutare trebuie să însemne pentru el ocazia de a- şi deschide „auzul interior”, „vederea psi”, altfel spus, intuiţia. Să înveţe să asculte mesajele Naturii:

„Ei, şi ca să-ţi faci o imagine a activităţilor, peisajului, cadrului concret în care s-a desfăşurat experienţa celeilalte vieţi, îţi mai dau câteva elemente orientative.

Era aşadar lingă actuala Talladega, din Alabama. Locul cu pricina se află la vest şi puţin la sud faţă de zona numită astăzi, de concetăţenii tăi, „vechea tabără indiană”.

Acolo, în tabără, toate triburile Cherokee, şi altele, îşi ţineau adunările la vârf. De acolo plecau toate deciziile, nu numai când trebuia să i se stabilească fiecăruia teritoriul de vânătoare, ci şi când trebuia să se repartizeze terenurile agricole între triburile asociate.

Entitatea, deci, era acolo în momentul sosirii omului alb: Levitt, Boone şi alţii, pe acel pământ. Ea a încheiat cu ei un acord de troc, bazat pe schimburi între folosirea terenurilor şi drepturile comerciale de exploatare a bogăţiilor subsolului (...). Asta se petrecea în 1769 şi până în anii 1789, „90, „98.

Cum am mai spus, ideea că se putea face comerţ nu numai cu ai săi, dar şi cu străinii, însuşi acest concept i-a dat entităţii o mare deschidere. Prietenia care a urmat a devenit un lucru de seamă, nu numai pentru albi, dar chiar şi pentru indienii din acele triburi.

Iar acum, când vei căuta să localizezi zona, ar fi bine, la început, să te duci acolo singur. La căderea serii sau la mijit de ziuă, du-te să vezi pământurile; căci rămân încă urme de activitate, zone despădurite, coline artificiale construite în tabăra principală a tribului entităţii. Ca să le găseşti vestigiile, nu este musai să sapi în pământ; răscolind deopotrivă în tine însuţi, vei găsi amintirea acelui trecut.

Bineînţeles, izvorul e acum doar un firicel de apă faţă de ce-a fost odinioară. Sigur că e o căutare anevoioasă. Dar o ridicătură de pe marginea izvorului îţi va indica amplasarea conductei de cedru. Invizibil pentru ochi, acum, acest sistem de canalizări a fost aranjat altădată

de entitate, nu doar ca instalaţie sanitară, desigur, ci şi ca un mijloc de a aduce apa necesară pentru nevoile tribului. Apa venea printr-o altă conductă, tot din cedru, care aparţinea aceluiaşi ansamblu.

Când îl vei găsi, vei fi foarte aproape de locul unde este ascunsă comoara.

Nu înseamnă că trebuie doar să te repezi să o iei. Va trebui să te cufunzi într-o îndelungă căutare interioară, să petreci timpul meditând; şi abia atunci, pe măsură ce vei progresa, vei fi ajutat [tot de spiritele Naturii, pe care Cayce le-a amintit mai sus].

Totuşi, vezi legile actuale, cine deţine drepturile exploatărilor agricole şi ale companiilor de prospectare minieră care au aceste terenuri. Înţelege-te cu proprietarii, încât să nu se ajungă niciodată şi cu nici un chip la litigiu.

Du-te pe acolo, ca să treci progresiv prin experienţa sufletească a regăsirii trăirilor din viaţa precedentă (...). Mai întâi trebuie „să simţi” locurile în cursul unei meditaţii liniştite. Nu te lăsa condus de logica raţională, ci mai mult de intuiţie. Încearcă să te vezi, într-un „vis treaz”, într-un fel de introspecţie, în rolul Marelui Vraci sau al şefului de trib, mai exact, al celor cinci sau chiar zece triburi unite, care-şi aveau cartierul general acolo. Încearcă să retrăieşti sentimentele, senzaţiile de atunci”. (Lectura 707-5)

În această lectură lungă şi interesantă, Cayce se străduieşte în a-şi ajuta consultantul să-şi dezvolte intuiţia, pe care naşterea într-un mediu „alb” a blocat-o

complet. Cu fiecare nouă lectură, Cayce trebuie să insiste iar! ***„încearcă să simţi locurile”***, îi repetă el. Toată educaţia dată acestui copil occidental în familie, şcoală, universitate tinde să-i imprime dispreţul faţă de intuiţie: „Psihologia zisă ştiinţifică nu o recunoaşte ca mijloc valid de cunoaştere. Intuiţia a fost, de altfel, denigrată până într-acolo încât este încă inclusă în categoria „puterilor mistice” sau „parapsihologice”. Pe deasupra, este considerată o valoare „feminină”, în opoziţie cu valorile „masculine” - raţiunea, analiza şi logica”. (Erik Pigani, în „Psychologies”, nr. 133/iulie-august 1995. Acest pasaj şi următoarele sunt extrase din articolul intitulat „Intuiţia, cealaltă inteligenţă”: savanţii şi terapeuţii studiază modul de a dezvolta în noi acest mod de cunoaştere natural, fiabil şi indispensabil! Articolele lui Erik Pigani sunt întotdeauna extrem de bine documentate, clare, uşor de înţeles pentru un neiniţiat. Puţini ziarişti au atâta experienţă şi conştiinţă profesională. Ultima sa carte, ***Psi, enquêtes sur les phénomènes paranormaux*** (Presses de Chatelet, 1999) este o lucrare de referinţă)

Domnul 707, consultantul lui Cayce, vizibil contrariat, vine de la o lectură la alta cu întrebări de genul:

„După ce semne concrete, de pe teren, voi recunoaşte locul?

- Nu te lăsa condus de logica raţională, ci mai mult de intuiţie”.

Consultantul nu trebuie să înceapă săpând în pământ, ci răscolind în propria-i memorie karmică (adică inconştientul).

„Ca să găseşti vestigiile, nu trebuie să sapi doar în pământ; răscolind deopotrivă în tine însuţi, vei găsi amintirea acelui trecut”.

Dar domnul 707 nu are deloc încredere în intuiţie. Memoria sa karmică a devenit opacă, Iată de ce insistă:

„Cam la ce distanţă de Talladega (Alabama) se află locul cu pricina? înspre sud-vest?”

„Căutarea pe teren trebuie făcută începând de la vechea tabără indiană. Este cam la o milă şi jumătate, două mile. Dar pentru stabilirea exactă a locului, cel mai bun lucru ar fi să-l întrebi pe şeful poştei din Talladega”. (Lectura 707-5)

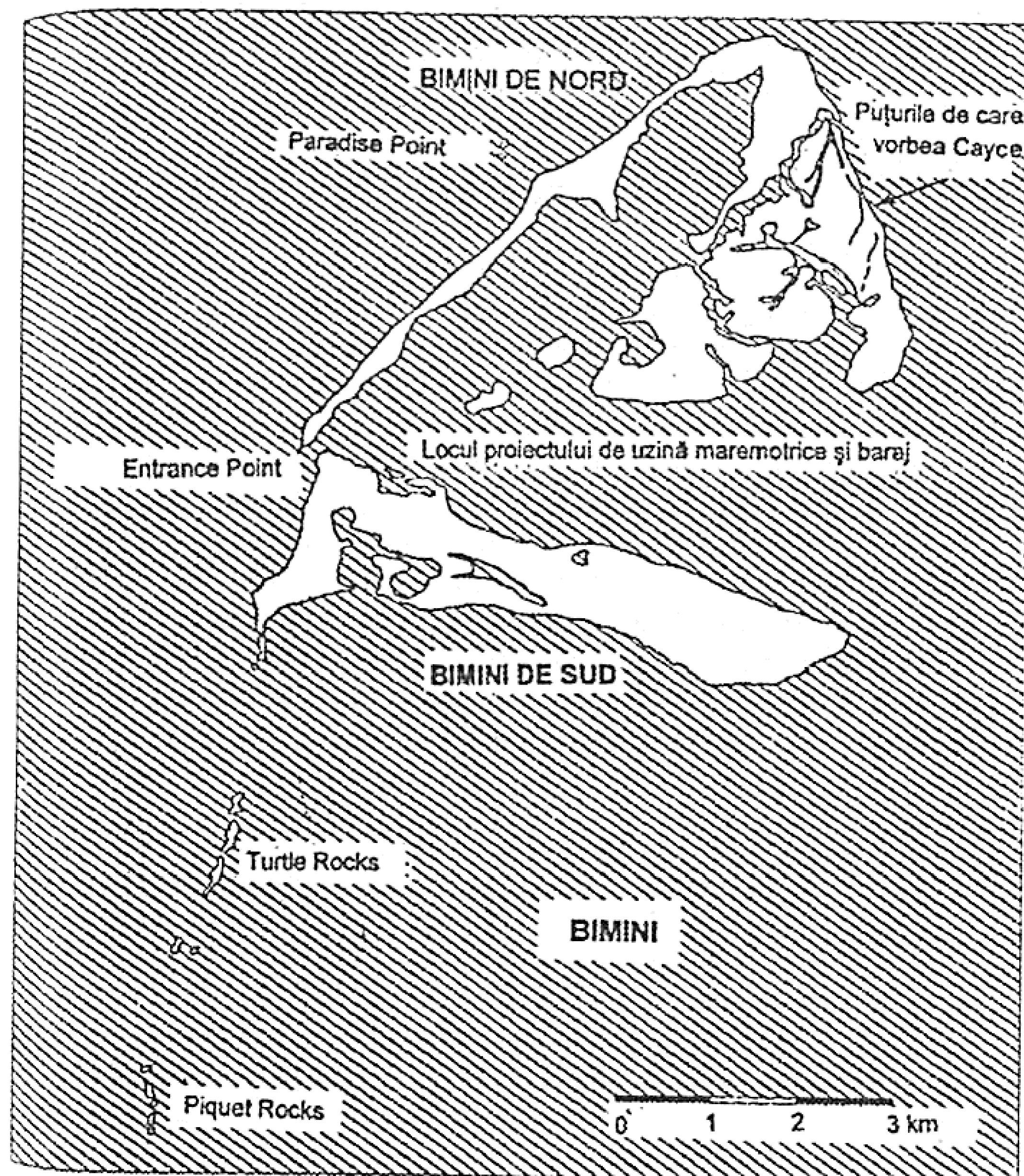
Erik Pigani, în fragmentul de articol citat, expune teoria unui psiholog american, după care cu mii de ani în urmă, apariţia limbajului la om a împins, puţin câte puţin, gândirea şi expresia intuitivă într-o zonă foarte profundă a inconştientului, la interfaţa dintre inconştientul colectiv şi memoria personală. Astfel, informaţia intuitivă ar fi înmagazinată sub formă de imagini, Iată de ce ea nu răspunde în general la stimulii exteriori (...). Este o energie latentă, dar extrem de puternică şi se poate trezi în orice moment.)

În cazul nostru, Cayce îi sugerează consultantului să se ducă la faţa locului ca să stimuleze intuiţia profundă prin revederea peisajului. Educaţia noastră occidentală ne-a făcut orbi şi surzi faţă de Natură, ca şi faţă de propriile noastre glasuri lăuntrice, care sunt ecoul Naturii. Trebuie să învăţăm din nou să auzim. Cari Gustav Jung a definit intuiţia ca una din cele patru funcţii psihologice fundamentale şi deci indispensabile pentru dezvoltarea personalităţii noastre (celelalte trei fiind senzaţia, sentimentul şi gândirea), fără să insiste totuşi asupra originii sau a procesului intuiţiei, pe care îl considera pur şi simplu „iraţional”,

Roberto Assagioli, fondatorul psihosintezei, compara intuiţia cu o „punte” care leagă conştientul de supraconştient, dimensiunea psihologică de dimensiunea spirituală a fiinţei noastre... Exact aşa o înţelegea şi Cayce! Această lectură m-a cufundat într-un noian de gânduri privind legile reîncarnării: cum este cu putinţă să fii, într-o viaţă, înţelept, mare şef, terapeut priceput etc., iar în viaţa următoare să te renaşti în pielea unui yankeu mărginit? A unui american alb atât de înţepenit în rasismul său încât îşi respinge strălucitul trecut indian?

Libertatea este un cadou otrăvit: dacă este prost folosită, ea poate face ca „***entitatea”*** (cum spune Cayce) să regreseze.

HARTA INSULELOR BIMINI



2. PROFEŢIILE LUI CAYCE DESPRE MEDIUL ÎNCONJURĂTOR

Ţăranii viitorului

Una din ultimele lecturi cayciene, datată 21 august 1944 (Cayce a murit la 3 ianuarie 1945), răspunde la întrebarea unei persoane care vrea să ştie dacă trebuie să se ocupe, între altele, de creşterea vitelor:

„Vor mai fi multe schimbări, în mod sigur, chiar atunci când conjunctura prezentă se va fi liniştit [se termina al doilea război mondial]. ***Echilibrul pământului a fost tulburat, la fel şi cel al economiei: şi vă puteţi aştepta la schimbări din ce în ce mai frecvente ale preţurilor la produsele agricole, Iată de ce activităţile cu pricina sunt foarte indicate, căci ele vă vor aduce o mai mare siguranţă, dumneavoastră, şi celor din jur, şi vecinilor”.*** (Lectura 5400-1)

În lectura 470-35, din 1932, o persoană care-l întreabă dacă trebuie să cumpere o casă la ţară, o bucată de pământ, în ideea de a-şi asigura hrana, este sfătuită să înveţe să-şi cultive grădina:

„Da, răspunde Cayce, ***fiecare ar trebui să-şi poată (...) lua sau construi o gospodărie la ţară, unde va putea să- şi producă acele lucruri de care are nevoie pentru existenţa materială”.***

Deşi cititorii au parcurs deja acest fragment de lectură din volumul I (p. 283, capitolul „Cum vom trăi în era Vărsătorului?”), îl reiau aici ca să dezvolt această temă care mi se pare extrem de urgentă. Edgar va da acest sfat de mai multe ori, insistând de fiecare dată mai mult. De exemplu, în noiembrie 1943, în lectura 416-17 (Menţionată deja în ***Les Prophéties d'Edgar Cayce*** / Profeţiile lui Edgar Cayce, op. cit.), unde consultantul este sfătuit să nu-şi vândă proprietatea:

„Păstraţi pământul: va putea fi o bază de subzistenţă în perioadele extrem de grele prin

care vor trece toate zonele acestei ţări. Va fi o bază de producţie agricolă pentru dumneavoastră şi rude”.

În decembrie 1943, precizează iar:

„Încercările la care va fi supusă această ţară n-au început încă, în orice caz în privinţa producţiei agricole şi a pieţei alimentare”. (Lectura 257-254)

Cititorii au înţeles că, de fiecare dată când Cayce foloseşte expresia ***„this country”*** („această ţară”, n.tr), se referă la Statele Unite. Foamete în America? Publicul non- american crede că acolo este peste tot şi în fiecare zi… numai „Dallas” şi „Dynasty”! E greu de imaginat că se poate ajunge la foamete în această ţară întinsă, care nu se mai sfârşeşte de-a lungul, de-a latul şi de-a curmezişul şi care, de cincizeci de ani, este pentru întreaga lume însăşi imaginea belşugului. Totuşi agricultura Statelor Unite a avut mereu probleme; stă mărturie această întrebare pusă de Gertrude Cayce, la 25 octombrie

„Ce să aşteptăm de la programul de sprijinire a agricultorilor propus de administraţia actuală? Va fi aplicat cu succes?”

„Va fi blocat parţial, pentru că acest program e prea ambiţios”. (Lectura 3976-17)

Uităm prea des catastrofele: defrişarea şi agricultura industrială intensivă au provocat în unele state americane o puternică eroziune a solului. Milioane de metri cubi de pământ arabil sunt dizlocaţi de ape şi depuşi de marile fluvii, pe fundul oceanelor. Mâlul din Mississippi nu este altceva decât pământul fertil al Americii neaoşe, plecat fără întoarcere, mărind în fiecare an suprafaţa deja imensă a acelor deşertice

bad lands (terenuri sterpe, n.tr.), adică regiuni golaşe, masacrate, pierdute pentru cultură.

Acest fenomen dezastruos începuse deja, de pe vremea lui Cayce. O agricultură extensivă, care neglijează Natura, sterilizase mari suprafeţe de teren arabil. Astăzi, folosirea masivă a îngrăşămintelor industriale şi a pesticidelor a dat dezastrului o amploare şi mai mare, iar noi ne temem să nu fie chiar mai rău datorită O.M G.-urilor.. Din păcate, acest model nefericit este urmat şi de alte popoare ale planetei, inclusiv de ţările din Lumea Veche, unde se practica o agricultură intensivă extrem de atentă. Lumea avea respect faţă de pământ şi avea grijă să nu-l strice. Pentru a lăsa pământul să se odihnească, se înceta cultivarea şi se practica rotaţia culturilor (asolamente). În ţările bătute de vânt, se plantau tufişuri care să-i „taie" din viteză şi să asigure astfel umiditatea. O mare parte din aceste obiceiuri au dispărut, făcând loc dezastrelor. De exemplu, în ţările cu tufăriş, au fost smulse tufişurile pe kilometri întregi, ceea ce a provocat recent inundaţii catastrofale.

Cayce insistă:

„Dacă vreţi să nu suferiţi de foame în anii care vin, dacă aveţi cu ce să cumpăraţi o fermă, este o şansă care nu trebuie scăpată". (Lectura 3620-1)

Iar în alt pasaj:

„Tot ce vă este necesar este produs de sol. Deci va trebui să vă întoarceţi la pământ. Fiecare om va trebui să aibă posibilitatea să obţină din sol, muncind, ceea ce-i trebuie ca să-şi hrănească organismul (...). În toate marile centre [urbane], ***lumea va trebui să se întoarcă la pământ".*** (Lectura 3976-19, făcută în 1934.)

Cayce prevedea că vom fi obligaţi să renunţăm la viaţa artificială pe care o ducem în marile oraşe:

„Sunt prea multe expediente în anumite sectoare ale activităţii economice. Dacă nu [ne întoarcem la pământ], ***ne atragem ruina*** [stocurilor alimentare], ***nenorocirile, războiul*** [civil]”. (Lectura 3976-19) (Cayce a repetat acest avertisment în mai multe lecturi. Vezi de asemenea ***Les Prophéties d'Edgar Cayce***, *op cit.*, p. 179. Philippe Desbrosses, doctor în [probleme de] mediu, agricultor şi expert pe lângă Comisia din Bruxelles, trage şi el semnalul de alarmă: „în Franţa, pierderea de materii organice (adică humus) ar fi de 20 de tone/hectar, anual! Franţă, pământul tău se duce pe apa sâmbetei!”)

Nu este nici prima, nici ultima oară când Cayce prezice război civil şi revoluţie în Statele Unite, „***căci în felul acesta reacţionează oamenii, de obicei, când în unele locuri este abundenţă, iar în altele, foamete”.*** (Lectura 3976-19)

Foametea este întotdeauna o consecinţă a nedreptăţii sociale şi nu numai în America. Bieţii cetăţeni din ex-blocul comunist visează la vitrinele noastre doldora de mâncare. Africanii, la fel. Iar noi, care ne credem la adăpost de foamete, poate că am face bine să reflectăm: situaţia este explozivă, iar conducătorii noştri îşi dau seama de acest lucru, tot mai mult.

Foamea, pe care o anunţă toate profeţiile (nu numai cele cayciene) este legată de egoismul social, atât al conducătorilor, cât şi al consumatorilor, care nu sunt dispuşi să ceară mai mult respect pentru Pământ.

Una din cauzele posibile ale foametei, în viitor, este distrugerea ***„terenurilor arabile”,*** adică eroziunea solului, de care am vorbit mai sus, începând

cu acele ***bad lands,*** fenomen care loveşte deopotrivă, şi de mult timp, întregul Bazin Mediteraneean. De multă vreme, păşunatul excesiv (al caprelor, în special) şi jefuirea pădurilor pentru lemn au transformat în deşert mari suprafeţe din Orientul Mijlociu şi chiar mai aproape de noi, în Italia de sud şi în unele zone din Provence. Totuşi, în ultimii treizeci de ani, mai multe state au început să ia atitudine, protejând mai mult pădurile. De exemplu, au fost replantaţi mulţi copaci în Israel. Italia, care a tratat foarte serios pericolele ce pândesc mediul înconjurător, a creat mari parcuri naţionale (în Toscana, de pildă). De asemenea în Franţa, Elveţia, Germania, Belgia şi Luxemburg, unde numeroase specii vegetale şi animale fac obiectul unei protecţii legale (foarte greu de respectat pe teren, ca în cazul urşilor din Pirinei, al lupilor din Vanoise, al porumbeilor guleraţi din Landes, al bâtlanului cam de peste tot etc.). Totuşi aceste specii se sting treptat, doar cu câteva excepţii. Atunci, ce se întâmplă?

Agresiunea vine din altă sursă: poluarea chimică. Suprafeţele cultivabile sunt astfel tratate încât solurile sunt pline de produse toxice care, în final, otrăvesc animalele, trecând din specie în specie, de-a lungul „lanţului nutritiv”. Râul pe malul căruia locuiesc eu acum, Yvette, era limpede cândva. Astăzi, toate produsele chimice folosite pe câmpurile din jur ajung să se scurgă în apele sale. După o zi în care plouă, apa cascadelor face spumă ca un şampon... cu superfosfaţi! Pădurile din Europa ajung să piară, elveţienii şi germanii nu mai ştiu cum să oprească moartea sutelor de arbori din masivele forestiere aflate în lungul Rinului. Tratarea excesivă epuizează solul, care este un organism viu. Se ştie, dar... se continuă

tratarea! Iată o lectură destul de elocventă, pe această temă:

„În ultima perioadă a Atlantidei, (...), cu urbanizarea crescută, s-au împuţinat mijloacele de procurare, din Natură, a celor necesare pentru a satisface nevoile corpului, îmbrăcămintea, (...), şi refacerea forţelor fizice. Altfel spus, [a fost] ***foamete! Asta s-a întâmplat în vremurile din urmă ale civilizaţiei atlante, cu 10.700 de ani înainte de venirea Prinţului Păcii*** (Aşa îl numeşte Cayce pe Christos în unele lecturi. Aşadar, el stabileşte data cataclismului care a distrus Atlantida în urmă cu 12.700 de ani (10.700 + 2000). Am redat o parte a acestei lecturi în ***Les Prophéties d'Edgar Cayce***, *op. cit.* Pentru orice referire la istoria atlantă, a se vedea volumele I şi II ale prezentei lucrări) ***Odată cu foametea a apărut necesitatea de a folosi din nou anumite energii pentru a forţa Natura, în vederea refacerii rezervelor alimentare. Asta a dus la erodarea munţilor, apoi a văilor, care au fost pustiite la rândul lor, apoi marea însăşi. În fine, de aici s-a ajuns la o dezintegrare rapidă a pământului. Şi iată cum au sfârşit acei locuitori, cu excepţia celor care au scăpat emigrând foarte departe”.*** (Lectura 364-4)

Asta nu vă aminteşte nimic? În toată cariera sa de clarvăzător, Cayce a evocat mereu drama atlanţilor, spunându-le consultanţilor săi, cu o insistenţă remarcabilă: ***„Nu faceţi ca ei!”*** După ce le împrospătase memoria atlantă, amintind fiecăruia rolul pe care îl jucase personal în acea civilizaţie, Cayce îşi avertiza consultanţii neîncetat, arătându-le analogiile dintre civilizaţia noastră şi defuncta „Împărăţie a mării”. Trăim un sfârşit de ciclu similar - repeta el din

lectură în lectură - cu aceleaşi tentaţii ale puterii şi egoismului colectiv. Până la distrugere?

Aş vrea să explic lecturile cayciene despre degradarea solului prin mărturia lui Yan Brekilien, judecător pensionar, scriitor, fost preşedinte al Comisiei de Comasare:

„M-am numărat între cei ce se opuneau comasării, arătând dezastrele pe care le-ar aduce aceasta. Cum poziţia noastră era împotriva dogmelor oficiale, nu eram crezuţi şi eram luaţi în derâdere. Astăzi, când aceste dezastre s-au produs, se vede că am avut dreptate. Dar taluzurile nivelate nu vor mai fi refăcute, cursurile „Îndreptate" nu-şi vor mai regăsi albia naturală, copacii tăiaţi vor avea nevoie de zeci de ani, de secole, ca să crească iar, şi solurile sterpe nu-şi vor mai regăsi fertilitatea niciodată, poate".

În acest articol, judecătorul Brékilien face aluzie la inundaţiile catastrofale care au pustiit Franţa în iernile din 1994 şi 1995. El explică şi mai clar în pasajul următor:

„Am remarcat foarte repede (...) că o mare parte a populaţiei contesta puternic comasarea. La început, n-am fost impresionat, fiind atât de convins că era un lucru bun pentru toată lumea (...). Îmi spuneam: „Trebuie să ne gândim la viitor şi să-i facem fericiţi fără voia lor." (...) Abia treptat, prezidând adunările comisiilor care examinau reclamaţiile (...), mi-am dat seama că dacă erau atât de multe reclamaţii, înseamnă că erau prea multe nedreptăţi, prea mulţi oameni cinstiţi jefuiţi de către vecini lipsiţi de orice scrupul, prea multe terenuri masacrate (...). Atunci, am înţeles că datoria mea de judecător era să studiez problema cu atenţie şi să văd dacă, pe lângă avantaje,

comasarea nu prezenta şi incoveniente care erau mai mari decât avantajele.

Mergând la faţa locului, am dobândit o experienţă în domeniul amenajării funciare, care nu concorda cu doctrinele tehnocraţilor. Am înţeles că dacă generaţiile care au trăit înaintea noastră în aceste zone de tufăriş au muncit din greu, zile întregi, ca să ridice taluzuri pe care le-au îmbrăcat cu copaci, n-au făcut-o ca să se afle în treabă, nici ca să ofere turiştilor o privelişte plăcută, ci pentru că era absolut necesar pentru productivitatea terenurilor şi pentru o creştere raţională a animalelor. Stratul arabil din câmpurile aflate în masivul Armorican era prea subţire ca să nu fie apărat de eroziunea pluvială şi eoliană. Or numai taluzurile, pe care strămoşii noştri aveau obiceiul să le ridice, puteau asigura această protecţie. Ei ofereau câmpiilor un adăpost faţă de vântul care le usucă, le îngheaţă iarna şi le duce pământul departe. Ele stăteau în calea apei ploilor, care curgea vijelios, adunând-o în şanţuri şi conducând-o uşor spre izvoare şi râuri, fără să provoace revărsări catastrofale.

Taluzurile şi copacii care le acopereau dăruiau şi umbra binefăcătoare, de care aveau nevoie, în zilele calde ale verii, animalele aflate la păscut, iar în solul lor, erau râmele şi microorganismele fără de care pământul ar deveni repede nefertil. De fapt, desfiinţarea taluzurilor în cadrul comasării şi celelalte lucrări conexe, cum sunt canalizarea cursurilor de apă, asfaltarea drumurilor, tăierea arborilor, au generat o scădere a randamentului, care i-a ruinat pe agricultori; aceştia au încercat să contracareze prin creşterea nesăbuită a cantităţii de îngrăşământ, poluând astfel apa pe care o bem şi cu care ne adăpăm animalele (...). Şi mi-am dat seama că tehnocraţii erau atât de

porniţi să distrugă, să ruineze câmpurile, micşorând productivitatea terenurilor, desfigurând peisajele, provocând revărsarea râurilor, făcând să sece izvoarele, lăsând vântul să devasteze tot, din considerente financiare, in virtutea unui decret al lui Napoleon, inginerii genişti de la sate percep un procentaj din lucrările pe care le conduc. Deci au tot interesul să niveleze cât mai mulţi kilometri de taluz, fără să le pese că pământul devine sterp, că animalele mor, că inundaţiile şi uraganele lasă în urmă mii de sinistraţi, ... şi că ţăranii, în culmea disperării, se sinucid”.(Acest text mi-a fost pus la dispoziţie de asociaţia „S O S Remembrement” (S.O.S Comasare). Această asociaţie a ridicat un monument de 9 metri înălţime, în satul normand Geffosses, dedicat „naturii şi oamenilor victime ale comasării” şi dezvelit la 27 iulie 1994. Victime au fost destule ca să justifice furia populaţiei şi să provoace scene violente. în mai multe oraşe, au fost văzuţi locuitori care se legau de copacii lor, încercând să determine echipele de tăietori să renunţe. Dar, din păcate, apărătorii pătimaşi ai copacilor au pierdut... iar betonul a câştigat! Totuşi cataclisme de genul celor din 26 decembrie 1999, şi din zilele de după, i-au făcut pe unii să-şi dea seama de rolul important al copacilor în echilibrul ecologic al ţării noastre)

Din păcate, aceste fapte triste nu se limitează doar la preaiubita noastră Franţă. În toate ţările lumii, s-ar putea face constatări la fel de pesimiste. Originea pagubelor? Egoismul conducătorilor. Cayce, care se referea atunci doar la Statele Unite, spusese acest lucru în privinţa programului de sprijinire a agricultorilor americani:

„Dacă se ia în consideraţie interesul general, situaţia se poate reechilibra singură (...). Trebuie deci să existe o cooperare, o coordonare, o unitate în cadrul guvernului, în politica sa oficială, în legislaţie şi administraţie (...). Nimeni nu are dreptul să se joace de-a dictatorii şi să hotărască fără să ia aminte la fiecare rotiţă”. (Lectura 3976-17)

„Totul va depinde de motivaţiile profunde ale celor aflaţi la putere”. (Aceeaşi lectură)

„Nu pot fi două măsuri pentru aceeaşi oca: a ţăranului de pe câmp (...) şi a celui care manipulează marea finanţă. Toţi sunt egali în faţa legii, fie ea materială sau spirituală”. (Lectura 3976-16)

„[în fine, nu se mai poate] ***avea încredere deplină în personalităţile publice sau oficialităţi. Acestea au eşuat şi sunt responsabile de conflictele care trec lumea prin foc şi sabie acum”.*** (Lectura 3976-27)

„Acum” însemna epoca celui de-al doilea război mondial. Dar lecturile lui Cayce au întotdeauna două viteze: când vorbeşte de evenimentele timpului său, el întredeschide uşa viitorului. Consultanţii erau foarte uimiţi când îl auzeau vorbind de foamete, în timp ce lumea tocmai scăpa din strâmtorare (Marea Criză condamnase, într-adevăr, sute de oameni la o mizerie cruntă). Cu toate acestea, aceleaşi cauze provoacă întotdeauna aceleaşi catastrofe:

„Pretutindeni unde egoismul este motivaţia dominantă, ne putem aştepta la frământări şi ciocniri”. (Lectura 3976-18)

Pe de altă parte, schimbarea climei, anunţată de atâtea ori de Cayce şi regăsită în toate profeţiile, va

contribui în mod sigur la apariţia unor mari neajunsuri în sectorul agroalimentar.

La ora actuală, toate mesajele pe care le primim în Europa ne sfătuiesc să facem provizii şi să ne obişnuim cu un regim mai auster, ca să ne pregătim pentru lipsurile viitoare. De exemplu, grupul de la Sarlat, deja citat, a primit la 16 martie 1995 mesajul următor:

„Considerăm astăzi că este timpul să vă spunem unele lucruri pe care vi le-am ascuns, pe care v-am lăsat să le presimţiţi sau ghiciţi (...). Ca să vă răspundem la întrebări, trebuie să începeţi prin a vă procura unele lucruri necesare. Puteţi începe acum să faceţi provizii alimentare, necesare pentru alimentaţia oamenilor. (...) Cerealele ar fi o alegere nimerită. Pentru aceasta, veţi fi călăuziţi (...).

La nivelul a ceea ce trebuie prevăzut: o hrană sănătoasă, fără alimente grele. Adică, în principal, o hrană bazată pe cereale, bazată pe fructe uscate. Fructele proaspete n-aveţi cum sã le păstraţi. Obişnuiţi-vă deja cu aceasta, să aveţi o alimentaţie bazată pe cereale, fructe uscate, fructe proaspete şi lactate, dacă puteţi. Încercaţi să vă străduiţi la maximum pentru integrarea Energiilor Divine, încercaţi să vă hrăniţi cu ele. E foarte uşor, trebuie doar să fiţi conştienţi de acest lucru: vă ridicaţi vibraţiile şi absorbiţi toată energia divină care o să vă regenereze şi o să vă hrănească (...).

Deci, pregătiţi-vă să faceţi rezerve, dar nu într-un mod nesăbuit. Haine călduroase, ceva pentru iluminat, ceva pentru încălzit (...). Trebuie sã vă pregătiţi financiar şi psihologic. Voi, cei din Franţa, aveţi un răgaz ca să vă pregătiţi”. (Asociaţia „Du Ciel à la Terre” (Pech-Lafaille, 24200 Sarlat-la-Canéda).)

Da, fără panică... Dacă mulţi dintre noi, cei din oraşe, n-au loc să-şi facă provizii, alţii, care stau în localităţi mai mici sau la ţară, pot. Însă pe cei care locuiesc în oraşe, diverse mesaje îi sfătuiesc să aibă pregătită o valiză de urgenţă! Cât despre persoanele care au congelatoare pline ochi cu provizii pentru vremuri grele, vor avea oare curent electric pentru a le face să funcţioneze?

Extratereştrii există şi trimit mesaje privind mediul înconjurător...

Pasionată dintotdeauna de fenomenele OZN, adun documentaţie de ani de zile. Opinia publică a evoluat de la negarea totală, acum câţiva ani, la un interes cvasigeneral astăzi.

Mereu am avut impresia că „îngerii” îşi schimbă „ţinuta” de-a lungul mileniilor. În timpurile biblice, apăreau înveşmântaţi în robe greceşti drapate cu pliuri lungi, cu o pereche de aripi asortate la culoare (în general, albe), prinse de omoplaţi. De ce ar fi obligate entităţile angelice, care au bunătatea să ni se arate, să poarte ***ad vitam aetemam*** costumul complet demodat al grecilor de demult? (în vreme ce noi am ajuns la minijupa egipteană şi nădragii galilor - moşteniţi direct din Atlantida - care au reuşit să se impună definitiv!) Da, de ce n-ar vrea şi îngerii să se îmbrace modern, luând „un aer tineresc”, în costum de cosmonaut? Stă foarte bine şi este mai practic pentru călătoria intergalactică...

Atunci mă gândesc că îngerii şi vizitatorii extratereştri sunt totuna. Bineînţeles că nu ignor existenţa celor negativi, foarte negativi, extratereştri care n-ar putea fi, în acest caz, decât îngerii „răi”. Cei

care mutilează bietele animale în unele state americane, cei care răpesc (aproape pretutindeni în lume) oameni, care se întorc traumatizaţi etc. Eminentul meu confrate Jacques Vallee a publicat câteva cercetări destul de îngrijorătoare despre existenţa invadatorilor distructivi. (***Jacques Vallée, Autres Dimensions*** (1989), ***Confrontations*** (1991) şi ***Révélations*** (1992) Ed. R. Laffont. Am citat de asemenea, in ***Les Propheties d'Edgar Cayce***, remarcabilele mesaje ale italienilor Germana Grosso şi Ugo Sartorio transcrise în ***I nostri amici extraterrestri***, Casa Editrice M.E.B., Turin, Italia. Foarte interesantă este şi lucrarea semnată de Marie-Therese de Brosses, ***Enquête sur les enlèvements extraterrestres***, Ed. J'ai Lu, 1998, şi mesajele recente ale contactatului Eugenio Siragusa şi ale stigmatizatului italian Giorgio Bongiovanni, care publică o serie de casete şi filme cu magnifice OZN-uri surprinse de amatori (le puteţi procura la adresa următoare: Nonsiamosoli Video, Via Asti, 23, 63018 Porto Sant'Elpidio (AP) Italia)) De altfel, nu este singurul, lucrurile cam încep să se ştie.

Aceşti ***aliens*** negativi ar fi acum implantaţi în Statele Unite, în baze închiriate de la guvernele americane, în schimbul informaţiilor tehnologice - vezi celebra „Bază 51".

Aceşti extratereştri nefaşti au uneori înfăţişare omenească, însă mai mulţi martori susţin că sângele lor nu aparţine nici unei grupe sanguine cunoscute, căci are globule... negre! Ei apar sub formă de M.I.B. (*men-in-black*), adică misterioşii „oameni în negru", sau mai des „mici şi cenuşii", cu fruntea imensă, ochii oblici, craniul chel. Unii martori au văzut uriaşi de peste doi metri înălţime.

Alţii sunt venusieni blonzi ca nişte tineri zei greci. Tocmai aceştia îşi avertizează continuu interlocutorii („contactaţii”) asupra folosirii iresponsabile a armelor atomice. După ei, violenţa exploziilor nucleare nu numai că poluează iremediabil Pământul, ci şi riscă să-l distrugă determinând o schimbare violentă a sensului de rotaţie în jurul axei sale.

Am ales o serie de pasaje din „lecturi”, care nu lasă nici un dubiu în privinţa părerii lui Cayce despre extratereştri: ei există!

„Pământul este doar un atom în Universul Lumilor”. (Lectura 5749-3)

Altfel spus: vă credeţi singuri în cosmos, dar sunteţi doar un fir de nisip. Întrebat de biograful său, Thomas Sugrue, despre pluralitatea lumilor locuite, Cayce îi aminteşte că sistemul nostru solar este doar un grăunte din Marele Univers. Apoi i-a spus că sufletele trec de pe o planetă pe alta, dintr-un sistem solar în altul, ca să evolueze. Thomas Sugrue îl întreabă în continuare:

„Unitatea interioară, adică desăvârşirea evoluţiei personale, se poate dobândi, pentru fiecare suflet, în orice sistem solar sau trebuie realizată intr-un anumit sistem solar?

- Asta depinde de sistemul în care a intrat entitatea, desigur. Dar această evoluţie poate fi încheiată în oricare din multele sisteme existente”. (Lectura 5479-1)

Cayce şi-a depăşit cu mult epoca: el vedea mult dincolo de steluţa „noastră” - pe care o numim Soare - roiuri de galaxii care gravitează în Univers, nu se ştie până unde...

Sfera celestă este un loc precis din Univers sau numai o stare de spirit?”

Se vede că în micul grup care pune întrebarea nu este nici un astronom, nici cosmolog. Sunt mai degrabă persoane din anturajul lui Cayce, cu o cultură ştiinţifică precară, dar cu o profundă cunoaştere biblică. Întrebarea lor are un sens religios, ca şi cum am zice „Cerul” sau „Iadul”, Iată răspunsul lui Cayce:

„Când o entitate, un suflet, intră într-o sferă [oricum „celestă” - adică pe o planetă sau stea], ***indiferent care, cu tot ce a edificat în corpul său celest nepământesc, ea trebuie să ocupe un loc precis în Spaţiu şi Timp, pentru că este un spirit limitat”.*** (Lectura 5749-4)

N-am numărat lecturile, foarte multe, unde Cayce afirmă că sufletele omeneşti călătoresc de pe o planetă pe alta, între două vieţi pe Pământ. Mai sunt „umane” când nu mai sunt „pământene”? Cayce nu răspunde clar la această întrebare, dar totuşi, în lecturi, face deosebirea între „Îngeri” şi „oameni”, altfel spus entităţi umane şi entităţi care n-au fost oameni niciodată (sau nu mai sunt de foarte mult timp?). Cuiva care doreşte să ştie cum arată locuitorii altor lumi, el îi dă următorul răspuns:

„[Să nu credeţi că] ***locuitorii acelor planete ar fi fiinţe de carne şi sânge cum vedem pe Pământ, ci fiinţele conştiente iau acolo forma şi modul de existenţă adaptat la condiţiile planetare”.*** (Lectura 1650-1, citată la pag. 242, în vol. I.)

Altfel spus, „carnea” şi „sângele” lor nu au aceeaşi compoziţie ca pe Pământ. Există alte tipuri de configuraţii moleculare, alte sisteme organice, adaptate la alte viteze ale luminii (peste 300.000 km/s). Aceasta generează nivele vibratorii, rezultând obligatoriu forme diferite şi alte capacităţi decât cele pe care le cunoaştem.

Literatura ufologică dă descrieri variate ale acestor „umanoizi”, care debarcă tot mai des pe aeropoartele noastre, pe câmpuri şi drumuri. Reacţiile lor arată că sunt „conştienţi” - şi aici toţi ufologii sunt de acord. Ei reacţionează în mod „inteligent” la manifestările umane. În majoritatea cazurilor, au „aproape” chip omenesc... dar nu într-atât încât să nu ne îngrijoreze. Şi a fost odată Roswell, şi povestea celor şaisprezece cadavre de extratereştri recuperate dintr-un OZN căzut la Aztec, în Mexic, la 17 martie 1949, fără să-i mai punem la socoteală pe cei capturaţi „vii”, la sol. Numai serviciile secrete ştiu exact ce se întâmplă.

Iată comentariile Germanei Grosso:

„Pământenii sunt încărcaţi cu unde prea grele pentru noi. Fizicul nostru, fiind alcătuit din substanţă mai puţin „materială” decât a voastră, suferă imediat tulburări care se agravează când suntem în atmosfera terestră. Suntem cuprinşi de ameţeli, până într-acolo încât unui de-ai noştri a trebuit să fie repatriat de urgenţă în farfuria-mamă şi a trebuit să-l tratăm timp de o săptămână (...) ca să-şi revină (...).

Alt coleg, din cauza unei avarii a aparatului său şi nemaiputând să ne trimită un SOS, a trebuit să aterizeze. Lipsit de contactul cu baza, s-a văzut obligat să ceară ajutor pământenilor. Se adunase deja o mulţime în jurul discului accidentat, împiedicând orice mişcare. Aterizase pe o câmpie întinsă, iar oamenii veneau de peste tot. Colegul meu a reuşit, totuşi, cu tehnicile personale, să împrăştie mulţimea şi chiar să intre în disc. Acolo, a demarat ca să scape cât mai repede. Şi iată că mijlocul său de transport s-a dezintegrat, lăsându-l acolo, incapabil să ia drumul cerului. Înconjurat de fiinţe umane, a încercat să le

spună ceea ce i s-a întâmplat. A fost luat cu forţa. Apoi, a fost dus într-un spital, unde a fost supus la chinuri groaznice, care i-au cauzat moartea. Asta mi-a povestit un alt coleg care plecase în căutarea lui în scurt timp. Cum nu l-a găsit, a făcut „un sondaj mental” în memoria celor din locul cu pricina şi astfel a aflat ce i se întâmplase. Sunt convins că, dacă acel camarad ar fi aterizat din cauza avariei între primitivi, cei pe care oamenii care se pretind civilizaţi îi numesc „sălbatici”, ar fi fost adorat ca un zeu. În loc de aşa ceva, a fost tăiat, de viu, în bucăţi, ca să se vadă cum este alcătuit un locuitor de pe altă planetă! Aşa arată ospitalitatea pământenilor!

Şi nu numai că a trebuit să-şi piardă discul, care s-a dezintegrat, dar a trebuit să se dezintegreze şi el însuşi, aşa cum au făcut cei al căror aparat nu mai funcţiona, ca să nu cadă în mâinile pământenilor. Din păcate, sărmanul nostru coleg nu este primul căruia i se întâmplă aşa ceva. Îmi pare atât de rău de acest incident care demonstrează cât de mult vă lipseşte încă maturitatea”. (Op. cit.: baza americană unde ar fi păstrate OZN-urile care au căzut peste grajdul de vaci este denumită în literatura ufologică „Zona 51”.)

Acest mesaj datează din 31 decembrie 1962 şi este semnat „Ithacar de Masar”, numele cu care se prezenta acest extraterestru. Mi-a plăcut mult această mărturie, care sună „omeneşte”, adică arată compasiune, pe când toată literatura OZN îi înfăţişează pe ***aliens*** ca nişte prădători cu inima de bronz. Dacă anumite evenimente tragice arată că, într-adevăr, unii sunt astfel, va trebui totuşi să învăţăm în fine să facem deosebirea între cei buni şi cei răi, stând în aşteptarea celei de a Doua Veniri, adică întoarcerea lui Christos însoţit de „oştirile cereşti”, temă larg dezbătută de

Cayce. El preconizează această sosire pentru un viitor foarte apropiat:

„Căci vor veni în planul terestru trimişii Tronului vieţii, Tronului luminii şi Nemuririi (...) care se vor lupta în aer cu trimişii întunericului”. (Lectura 3976-18)

„Se va întoarce în carne şi oase pe Pământ, ca să-i cheme pe nume pe cei ce sunt ai Lui”. (Lectura 5749-5)

„Se va întoarce, întrupat, ca să ceară ceea ce-l aparţine. Mulţi predicatori au vorbit de această a Doua Venire a lui Christos (...); dar astăzi, când a venit Vremea, (...) v-aţi adunat, în încarnarea de acum, ca să ascultaţi ceea ce vă este dat de un înaintaş, semn prevestitor al acestei Energii Stăpânitoare a Pământului, care este numită Conştiinţa Christică, această Putere, această Forţă despre care s-a vorbit de secole şi care va veni pe Pământ!” (Lectura 5749-5)

„Căci se va întoarce într-o zi şi îl veţi vedea aşa cum este (...), exact cum au spus îngerii când voi eraţi încarnaţi pe Pământ, în vremea răstignirii. Mai ţineţi minte? Ei proclamau: „Cel pe care L-aţi văzut plecând, la fel se va întoarce”. Ei bine, de data aceasta, veţi fi din nou pe Pământ când El va veni. Nu vă semeţiţi, ci găsiţi un motiv ca să vă păstraţi credinţa, încrederea în întoarcerea Domnului”. (Lectura 3615-1)

Consultanta era o femeie de afaceri, văduvă, în vârstă de 53 de ani pe atunci (în 1944). Din două una: ori va trăi o sută de ani (1944 + 56 = 100 de ani în anul 2000, dacă acesta este anul întoarcerii lui

Christos!), ori se va încarna într-un copilaş care va vedea evenimentul!

După cum se vede, lui Cayce îi plac predicile despre ***„a Doua Venire”.*** Mărturisesc că n-am răbdare cu cuvântările biblice, nici chiar cu ale lui Cayce! Am văzut înflorind destule secte sinistre, care propovăduiesc sub pretextul: „Mâine e Apocalipsa”, ca să mi se facă lehamite de acest subiect. Şi totuşi, trebuie să recunosc că este unul din componentele de bază din Tatăl Nostru: spunem, fără să ne gândim, „Vie împărăţia Ta”. Inevitabil...

Dar dacă facem legătura cu ozeneurile? Atunci subiectul devine nou şi interesant! De ce n-ar fi „îngerii” - despre care Evangheliile spun că vor veni „să adune aleşii din cele patru colţuri ale Universului” - nişte E.T. cumsecade? Nişte „venusieni”, adică nişte oameni mai mari, ca aceia care i s-au arătat lui Adamski în California şi lui Siragusa în Italia? Erau suficient de frumoşi, înţelepţi şi binevoitori ca să-i considerăm „Îngeri”.

Deci întoarcerea lui Christos, însoţit de oştirile cereşti... Ca să ne facem cât de cât o imagine despre acest lucru, îmi invit cititorii la o plimbare-vizită prin profeţiile recente.

„Am fost trimişi aici, acum, ca să ajutăm Omul în situaţia dificilă pe care şi-a creat-o singur. De mii de ani, i-am prevenit pe oameni şi stă scris în Sfintele Scripturi. Noul „ Testament vă spune limpede ce va fi. Aducem cu noi o forţă şi o energie pe care Omul nu o cunoaşte. Această energie va fi menită să ajute omenirea, pentru ca o mare parte a ei să supravieţuiască evenimentelor prin care va trebui să treacă (...). Vom veni la Omul de pe Pământ în chip de fraţi (...), ca fiinţe individuale create de Dumnezeu,

create divin, exact ca şi Omul. Suntem toţi copiii lui Dumnezeu, şi voi, şi noi.

În operaţiunea de salvare care va veni pe Pământ (...) nimic nu va fi lăsat la întâmplare. Nu vom putea interveni cu forţa, dar vom putea să ajutăm orice individ care se ajută singur, întorcându-şi faţa către Dumnezeu. Recunoaşterea conceptului de Dumnezeu, în adâncul sufletului şi cugetului unui om, este suficientă pentru (...) a-l conduce la o mutaţie spirituală. Nu va exista discriminare între rase şi naţiuni. Toate sunt ale lui Dumnezeu. De aceea, în ochii noştri, nu există diferenţă; nu se va face nici o discriminare în cursul acestei operaţiuni.

A Doua Venire a lui Christos va fi o cotitură în conştiinţa Omului. Conştiinţa Christică va cuprinde tot Pământul, astfel ca învăţăturile şi spiritul lui Christos să poată fi trăite cu adevărat. Acesta este principiul Iubirii infinite, al Iubirii fără margini, care va deveni stăpână, iar Oamenii vor trăi, în fine, împreună ca fraţi şi surori. Şi nu vor mai fi războaie niciodată.

Evenimentul care este gata să se producă se va abate peste toate popoarele Pământului, în acelaşi timp (...). Dar Eu voi veni să le ajut (...).

Oştirile Cereşti vor veni pe Pământ, iar Eu voi veni cu ele, căci Oştirile cereşti Mă vor urma pe Pământ. [Sintagma „Oştiri (*Falange*, în original (n.tr.)) cereşti” implică ideea că aceşti îngeri salvatori vor fi „Înarmaţi”, în orice caz „echipaţi împotriva unui duşman”; falanga greacă era remarcabilul corp de armată care a asigurat supremaţia atenienilor secole de-a rândul]

Au fost difuzate mesaje pentru a vesti oamenilor că a Doua Venire a lui Christos este iminentă (...). Oştirile cereşti vor fi prezente în jurul Pământului

pentru a-i teleporta în spaţiu pe cei care vor fi recunoscuţi apţi să suporte mutaţia spirituală (...) Un contact permanent va fi stabilit între fraţii din Spaţiu şi Pământ. Vom veni în corp fizic şi perfect vizibili. Şi s-a spus că vom veni într-un mod care să fie pe înţelesul Omului [care, până acum, n-a priceput mare lucru, e drept!].

Mulţi oameni au văzut fenomene pentru care nu au nici o explicaţie. Li s-a dat mai multe nume acestor fenomene, dintre care unul a devenit universal: „farfurii zburătoare”.

Vom veni şi vom ateriza cu farfuriile zburătoare astfel încât întreaga omenire o să-şi dea seama de existenţa lor. Vom veni numai atunci când se vor declanşa evenimentele, dar atunci vom veni astfel ca nici o îndoială să nu planeze asupra misiunii şi intenţiilor noastre Dumnezeu Atotputernic îşi întinde stăpânirea asupra voastră şi a noastră deopotrivă. Ceea ce se va întâmpla este voia absolută a lui Dumnezeu”. (Mesajele lui Christos primite la Borup, Danemarca, şi traduse de D-na Julia Guillaume, caietul al 3-lea, mesajul din 29 martie 1968)

Într-o vreme, mă frământam întrebându-mă cum îi voi deosebi pe cei „buni” de cei „răi”. Dar iată că va fi simplu ca bună ziua...

„Când vorbim de „extratereştri”, trebuie să ne referim la acele personaje care au fost numite „Îngeri” în trecut.

Iisus a spus că se va întoarce „pe nori”, cu putere şi slavă. Numeroase cohorte cereşti sunt deja pe Pământ şi în jurul său...

Exploziile nucleare de suprafaţă, subterane şi atmosferice de pe planeta voastră provoacă o deplasare ireversibilă a axei magnetice a Pământului

spre sud-sud-vest. Dacă va continua, consecinţele riscă să fie incalculabile. Dacă inelul atmosferic depăşeşte punctul critic [în această deplasare], vom asista la fenomene devastatoare - accentuate de oscilaţia maselor oceanice, topirea celor două calote polare şi a gheţarilor, coliziunea enormă a maselor continentale, odată cu năvălirea apelor mării pe cea mai mare parte a uscatului, care va ajunge astfel la minimum 800 de metri sub apă...

Acest lucru s-a produs deja într-un trecut îndepărtat (...) şi ţin să vă spun că s-ar putea repeta - şi în mod sigur nu din „cauze naturale”, ci din cauza ştiinţei voastre fără conştiinţă...” (Mesaje primite în februarie 1985 de către Eugenio Siraglisa şi difuzate prin asociaţia italiană Nonsiamosoli)

PARTEA A TREIA - REÎNCARNAREA, CHEIE A ISTORIEI: DANSUL CONDUCE LUMEA

Istoria nesărată, aşa cum am învăţat-o la şcoală, e cumplit de plictisitoare... Câţi bieţi liceeni nu şi-au rupt dinţii în ea! Aveau şi de ce: şiruri de date, liste de regi, evenimente peste evenimente, cărora nu le vezi rostul. Oricine simte că există o explicaţie profundă, o cheie ascunsă care ar permite înţelegerea acestei istorii pur faptice.

Cheia care ne lipsea este reîncarnarea, istoria „psi”, iată ce doream fără să ştim. Iată de ce istoria oficială ne apare ca o fotografie alb-negru (îngălbenită de timp!). Istoria în culori, vie, adevărată, este aceea văzută de un clarvăzător, foarte de sus. Istoria terestră văzută de pe o stea („din perspectiva lui Sirius”, cum spunea ziarul „Le Monde”). Cayce descrie imperiile şi

civilizaţiile, raportându-se la o istorie secretă, aceea a grupurilor de suflete omeneşti (***„entităţile”***), a căror motivaţie, conştientă sau nu, este urcuşul personal şi colectiv spre Lumina divină. În acest „lung marş” milenar, popoarele îşi regăsesc din viaţă în viaţă, din imperiu în imperiu, esenţa adevărată, urmărind evoluţia interioară. Ca în domeniul dreptului, „persoanele morale” au o existenţă întocmai ca persoanele individuale. Or, regiunile, naţiunile sunt entităţi foarte „personalizate”, al căror caracter se afirmă tot mai mult, de-a lungul reîncarnărilor.

Orice eveniment îşi află explicaţia în motivaţii provenite din experienţe anterioare. Acestea creează „clişee”, acele imaginile virtuale de care vorbea Maestrul Philippe din Lyon (Cf Renée Paule Guillot, ***Philippe de Lyon***, Ed. Les Deux Oceans, Paris, 1994), care se materializează în anumite epoci. Cayce, după cum am văzut, explica Războiul din Spania, din secolul XX, ca locul şi timpul reîncarnării colective a conchistadorilor... De unde şi ferocitatea cvasimedievală a luptelor care au îndoliat această ţară.

„Civilizaţiile sunt pieritoare”, cum spunea Paul Valery, fără să ştie de ce. Cayce, în schimb, dă o explicaţie karmică (şi spirituală), care sună atât de bine încât nu poate fi neglijată.

Mă gândisem să abordez o temă deosebită: dansul, din perspectiva terapiei. Dar am găsit în lecturi ceva mai mult: Istoria. Din această perindare de peisaje antice, nume răsunătoare, imperii uitate, pe care le reînvie cuvântul magic al lui Cayce, iese la suprafaţă măreaţa Atlantidă - împărăţie a cailor de mare ai lui Poseidon - , Egiptul misterios al Piramidelor, Persia lui Sinbad Marinarul, Grecia cetăţilor, Franţa regilor...

„Entităţile”, cum spune Cayce, traversează aceste civilizaţii care dorm sub pulberea mileniilor, sub nisipurile deşertului Gobi, sub Marea Sargaselor, sub hipogeele Deltei Nilului. Memoria noastră opacă le-a pierdut din vedere. Dar Memoria Universului (Akasha) le-a înregistrai luate clipele, toate gesturile, toate cuvintele. Totul există încă, virtual, în aceste dosare întipărite ***„între Spaţiu şi Timp”*** (Am vorbit despre Akasha în toate cărţile mele, dar mai ales în ultima, ***Souvenirs de nos vies antérieures*** (p. 273) şi în volumul I al ***Universului lui Edgar Cayce*** (p. 34)), cum spune Cayce. El ne conectează la această memorie şi reînvie pentru noi viaţa cotidiană a fiinţelor cu trup şi suflet, simţitoare şi neliniştite ca şi noi, care au traversat acele oraşe şi acele epoci. Au făcut, cum facem şi noi, ceea ce au putut, ce au crezut, şi bine, şi rău - uneori, mai mult rău decât bine. Nu se deosebeau de noi... pentru că erau noi!

Consultanţii lui Cayce, cetăţeni ai Americii moderne, ascundeau sub o înfăţişare foarte banală amintiri prodigioase, pe care nici măcar nu le puteau povesti. Cayce citea în ei aceste amintiri inconştiente, trezindu-le memoria. El le reda astfel mândria de a fi, demnitatea, ajutându-i să se vadă într-o lumină nouă. Bineînţeles că acest lucru nu convenea tuturor... Când îi redai cuiva demnitatea dezvăluindu-i originile, îl eliberezi. Or, se ştie, „corpurile constituite” veghează să nu li se dea drumul oilor lor, altfel unde am ajunge?... Când le redai prizonierilor lumii moderne libertatea interioară, îţi atragi sancţiuni severe. Asemenea lucru li se pare unora o crimă, în această lume unde individul este înghiţit încă din stadiul de furnică - urmând ceva şi mai groaznic: o clonă. Uitându-te prea mult la televizor, te crezi un

consumator de bază, o gospodină tip, utilizatorul mediu, şters, definit de toate studiile de piaţă. Eşti cunoscut, se ştie de ce preferi rozul la cămăşi şi albastrul la storcătoarele de fructe.

Dar iată că vine un Edgar Cayce iluminat şi îţi spune că adevărul adevărat este altul: ai fost acel călător persan uluit de lumina sudului, muzicianul egiptean îmbătat de aroma deşertului, sau acel pilot atlant care-şi conducea papucul zburător prin canalul de intrare în Poseidia, sub zidurile înalte placate cu aur (imaginaţi-vă zidurile din Saint Malo, placate cu aur de 20 de carate, lucind în lumina lunii...); sau dansatoarea greacă pozând în atelierul lui Fidias. Şi o să vă apuce un dor...

Ah, ce crimă! Stop, nici un pas mai departe! Amintiri interzise. Vise autorizate doar între limitele „raţionalului”. Dar Cayce le încalcă nepăsător şi, luându-şi vizitatorii de mână, îi duce în ţările lor de altădată. Acest lucru i-a adus persecuţii despre care am povestit cu altă ocazie. Atotputernicele biserici din America s-au înverşunat împotriva consultanţilor lui Edgar, atât de tare încât aceştia l-au rugat să nu le publice numele, ci să înlocuiască prin numere (al căror cod rămâne încuiat cu două lacăte în sertarele secrete ale Fundaţiei Cayce din Virginia Beach).

Nu voi reveni asupra descrierii detaliate a civilizaţiilor evocate: cititorii mei le pot găsi în volumele precedente.

În fine, ultimul punct: de ce am ales să scriu, de data aceasta, un capitol despre dans? Şi astfel ajungem la întrebarea: de ce ne alegem o meserie sau alta? O formă sau alta de a ne petrece timpul liber? O lectură sau alta? O căutare sau alta? Răspunsul este mereu acelaşi: din cauza experienţelor trăite în vieţile

anterioare! în cursul cercetărilor pe care le-am întreprins personal, am regăsit amintiri foarte clare, de dansatoare profesionistă, din cel puţin patru vieţi anterioare: am dansat în Spania, Franţa, toată Europa şi Statele Unite (pentru că în aceste profesii ale spectacolului, te „produci” cam peste tot!), Grecia, Egipt. Mai multe vieţi de muziciană (indispensabile pentru un scriitor, căci scriitura se face cu ritmurile şi sunetele limbii). Îmi venea să cred - din cauza dificultăţilor acestei meserii - că am fost acrobată într-o viaţă anterioară, când aş fi învăţat arta de a supravieţui... mergând pe sârmă!

Iată, deci, lecturile lui Cayce despre dans, care nu sunt prea multe şi întotdeauna au legătură cu muzica, Istoria şi grija de a folosi cât mai bine acest corp fizic, acest „vehicul” care ne este dat pentru a traversa timpul şi spaţiul.

1. Egiptul, mama artelor

Uimiţi de rafinamentul culturii greceşti, romanii din antichitate credeau că Grecia merita numele de „mama artelor”.

Nu se ştia atunci cât datora Grecia Egiptului. Egiptologia a apărut, la noi, foarte târziu (V. în vol. I al acestei lucrări, capitolele consacrate egiptologiei), după Bonaparte şi campania din Egipt. Se ştie acum că strălucitele personalităţi ale Greciei clasice au călătorit în Egipt, unde s-au format. Exemplul cel mai cunoscut este Pitagora (al cărui nume nu este grecesc, ci egiptean: Ptah-Go-Ra, adică „Cel ce-L cunoaşte pe Dumnezeu şi Soarele”) (V. Albert Slosman, ***La vie extraordinaire de Pythagore***. Robert Laffont, 1979), care va căuta iniţierea pe malurile Nilului, ca şi ceilalţi.

Astfel, Platon relatează călătoria lui Solon la preoţii din Sais, care erau păstrătorii celor mai vechi tradiţii şi se impuseseră grecilor ca autoritatea morală cea mai înaltă a acelui timp. Grecia şi apoi Roma au preluat modelele arhitectonice ale Egiptului: frontoanele clasice, porticurile monumentale, templele cu coloane care imită trunchiurile pădurii şi al căror plan orizontal se inspiră din structura corpului omenesc. Pe măsură ce apar noi descoperiri arheologice, vedem cu uimire o pictură, o sculptură, o ceramică, o aurărie, nişte arte şi tehnici egiptene tot mai rafinate, mai subtile, mai savante...

Dar ce model urmase Egiptul? Pentru că există întotdeauna o paternitate, o filiaţie, de la o civilizaţie la alta, de unde venea cultura egipteană? Răspunsul lui Cayce: **„din Atlantida”**. După el, refugiaţii atlanţi imigraţi în Egipt, cu inginerii, savanţii, artiştii lor, sunt cei ce au construit piramidele din Gizeh (astăzi, n-am fi în stare să le construim, cu acea perfecţiune până la cel mai mic detaliu). Modelul atlant dispărut supravieţuieşte doar în memoria subconştientă a fiinţelor care l-au cunoscut,-în relatările lui Platon şi ale câtorva istorici din antichitate. Totuşi Atlantida revine astăzi în conştiinţa noastră, datorită unor iniţiaţi inspiraţi, ca Rudolf Steiner şi Edgar Cayce!

Despre muzica şi dansul din Atlantida şi Egipt, nu ştim mare lucru - n-au rămas urme consistente (doar câteva basoreliefuri egiptene). Dar totul ne lasă să presupunem că aceste arte erau deopotrivă cu restul: sublime!

Dansatoarea atlantă a lui Carol cel Pleşuv

Iată o lectură făcută în 1929, pentru o fetiţă care avea, pe atunci, cinci ani:

„În ceea ce priveşte talentele care trebuie dezvoltate la această entitate, în viaţa de acum, iată ce vă pot sfătui. Cum am văzut, totul va depinde de educaţia pe care o să i-o daţi şi de influentele care o vor marca în cursul acestei educaţii, pentru că ea este o entitate care nu şi-a prea dezvoltat gândirea spirituală. Baza expresiei sale, în toate domeniile, va trebui să fie o pregătire de dansatoare sau muziciană. Nu va trebui să neglijaţi mai ales această cunoaştere în experienţa actualei vieţi, căci, în mare, ea susţine în mod fundamental orice expresie a oamenilor încarnaţi pe Pământ. Prin ea se exprimă TOATE energiile şi se pot astfel manifesta sub o formă fizică în viaţa terestră”. (Lectura 2857-1)

Da, are dreptate Cayce. Orice copil trebuie învăţat să se exprime prin muzică şi dans. Cum scrie Robert Cohan (***La danse***, Robert Laffont, 1986, p. 10. Robert Cohan, profesor de dans şi coregraf strălucit, a fost elevul Marthei Graham, la New York, apoi directorul companiei acesteia):

„Dansul solicită toată fiinţa, o ajută să se armonizeze cu trupul, să devină coştientă de el, să fie în raporturi bune cu acesta încă din copilărie. Dansul dezvoltă disciplina interioară, sensibilitatea faţă de ceilalţi şi conştiinţa propriilor sentimente, ceea ce este un lucru preţios în existenţa cotidiană.

Dansul este expresia Vieţii prin corp El ne suscită atenţia prin energia pe care ne învaţă să o dezvoltăm şi ne umple de bucurie, învăţându-ne să găsim armonia. Căci dorim cu toţii să evoluăm în armonie cu

lumea, cu ceilalţi, cu obiectele din jur şi, mai abstract, cu propria noastră experienţă (...). Există o idee a graţiei către care aspirăm toţi, lăuntric. Aceste sentimente sunt însăşi esenţa dansului”.

Cei şi cele care au practicat dansul se remarcă imediat prin mersul suplu, eleganţa gesturilor, ţinuta capului; aerul semeţ. Dansul le redă celor timizi încrederea în ei înşişi, pe cei introvertiţi îi învaţă să se exprime, pe cei care tind să fie împrăştiaţi îi învaţă să se concentreze.

„Corpul omenesc este conceput să se mişte (...). Contracţia muşchilor trimite sângele la inimă şi face limfa să circule în organism. Vei vedea că la sfârşitul unei şedinţe, dacă oboseşti fizic, te veţi simţi bine, cu capul limpede. Îţi creşte luciditatea. Vei fi realmente mai calm şi mai concentrat decât înainte (...). Dansul este un exerciţiu mai bun decât aerobica şi joggingul. Se ştie acum că joggingul solicită prea brusc inima, pe când aerobica pune tendoanele şi articulaţiile gambelor la grea încercare. Exerciţiile de dans, în schimb, dezvoltă energia musculară, fortifică inima şi plămânii, gradat şi profund”.

Într-adevăr, am constatat eu însămi că după câte o săptămână de dans - cu două-trei cursuri de o oră - îmi mergea cu mult mai bine din punct de vedere al inimii! „Practicarea dansului te face conştient de propria fiinţă, de propriul corp, de emoţii şi de puterea ta de concentrare, de memoria proprie”.

Este grozav! Şi e adevărat. Să nu-l uităm, cu atât mai mult cu cât este o activitate fizică foarte ieftină: ne sunt de ajuns o oglindă mare, puţină muzică, o pereche de colanţi şi câţiva metri pătraţi!

Dar să ne întoarcem la tânăra consultantă 2857. În cursul lecturii, Cayce le spusese părinţilor micuţei

că, în viaţa actuală, ***„sufletul ei venea după o şedere pe planeta Venus”,*** ceea ce, ne amintim, conferă întotdeauna nativului aptitudini artistice foarte accentuate. În şederile sale pe această planetă, sufletul învaţă Armonia. (A se vedea „Sejururile planetare”, în vol. I, p. 243) Darurile copilului erau deja atât de evidente încât mămica a întrebat:

„Unde vom găsi cea mai bună formaţie profesională pentru ea?

- ***Să înceapă acasă. Apoi, veţi găsi o şcoală unde această formaţie se va putea continua corespunzător. Dar este peste ocean...***

- *La ce vârstă va trebui să o trimitem în străinătate?*

- ***La şaisprezece ani.***

- *Trebuie să o ducem acum să joace în filme?*

- ***Nu, fără cinema,*** [nu are ce căuta] ***în atmosfera care domneşte în lumea filmului, acum*** (Aceeaşi lectură)

Dar mama, ale cărei ambiţii scot capul - ea visează să facă din fiica ei o nouă Shirley Temple! -, întinde coarda şi imediat este pusă în banca ei:

„Dar am putea îmbunătăţi această atmosferă a filmului şi în ce mod?

- N-avem aici nici o informaţie despre cinema. Acest copil, la ora actuală, are nevoie în special să vă ocupaţi de el!” (Lectura 2857-1)

Familia vrea să facă din acest copil o sursă de dolari şi celebritate. Dar fetiţa nu. este un înger agăţat, din greşeală, de un tren de materialişti... Cum ne dă de înţeles Cayce, ea cară în bagajele sale câteva karme grele, din Grecia şi Atlantida... Dar aceste vieţi anterioare sunt dintre cele mai interesante. Căci un talent artistic se şlefuieşte în mai multe vieţi. Tocmai

această moştenire karmică explică darurile pe care le vedem manifestându-se la „copiii Mozart” care la numai cinci ani ştiu deja muzică!

„În încarnarea dinaintea acesteia, găsim entitatea în Franţa, în timpul lui Carol al II-lea. (Este vorba de regele Carol al II-lea cel Pleşuv (823-877)) ***Entitatea avea, pe atunci, talent de cântăreaţă şi, pe deasupra, o profesionistă a dansului. Numele ei de atunci era Charlotte. În experienţa din acea viaţă, entitatea a câştigat moral slujind lumea astfel (...). Prin arta sa, ea a favorizat o mai bună înţelegere a folosirii talentului în slujba celorlalţi. Şi a câştigat de asemenea în plan moral, păstrând respectul faţă de sine şi faţă de propriul corp. La ora actuală, se va putea constata cât de mult o marchează încă acele experienţe. Entitatea va trebui să locuiască pe ţărmul unor mari întinderi de ape - şi va trebui să traverseze unele şi mai mari ca să-şi desăvârşească talentele!”***

Este vorba aşadar de o încarnare la începuturile Evului Mediu, sub domnia unui mare suveran care-şi conduce regatul cu o mână puternică. Regat care tocmai începe să devină „Franţa”. ***Jurământul de la Strasbourg***, semnat în anul 842, de către Carol cel Pleşuv şi Ludovic Germanicul, este primul document redactat în limba „romanică”, din care s-a născut „franceza”. În vremea aceea, existau în Franţa o droaie de mici curţi locale, ţinute de castelani, care erau cu atât mai independenţi la ei acasă cu cât regele era departe, ocupat continuu cu luptele de la hotare, apărându-şi pământurile de năvălitori, normanzi şi sarazini. Dansatoarea de care vorbeşte Cayce era, probabil, în slujba uneia din aceste curţi provinciale,

într-o ambianţă familială, unde persoana şi arta ei erau respectate, ceea ce va deveni tot mai rar în alte epoci. Poate că un amănunt l-a intrigat pe cititorul meu: de ce o sfătuieşte Cayce pe această fetiţă ***„să locuiască pe ţărmul unor mari întinderi de ape”?*** Este sfatul pe care l-a primit şi Cayce când soţia sa Gertrude l-a adormit în scopul unei lecturi pentru el însuşi. El pregătise cu grijă întrebările pe care urma să i le pună Gertrude, cu privire la o eventuală mutare a locuinţei. Astfel a ajuns familia Cayce să se stabilească la Virginia Beach, ***„pe ţărmul unor mari întinderi de apă”,*** adică între lagună şi mare (sau mai degrabă oceanul Atlantic). De ce? Pentru că apa stimulează mediumnitatea. Domnişoara 2857 avea cu siguranţă o structură mediumnică, ca toţi artiştii. „Artistul este un medium”, spunea Paul Valery. Iar „inspiraţia” nu este altceva. Artistul „inspirat” exprimă ceea ce-i şoptesc fiinţele invizibile.

Mai sunt şi alte motive Aşa cum vom vedea puţin mai departe, ***„entitatea”*** trăise în Atlantida, împărăţia mării, regatul lui Poseidon. Este posibil ca ***„entitatea”*** să fi trăit mereu în ţări cu ieşire la mare: Atlantida, America de Sud (Peru?), Franţa sau Grecia antică:

„Cu o viaţă şi mai înainte, o regăsim în ţara numită astăzi Grecia. Entitatea lucra ca model pentru sculptorii în lemn şi piatră. În viaţa aceea, a pierdut şi a câştigat moral.

Căci frumuseţea a devenit un atu negativ în cursul activităţilor sale. Totuşi, ea a câştigat moral în a doua parte a vieţii, prin suferinţă. Cei care au sarcina de a o creşte astăzi vor fi interesaţi să identifice ceea ce i-a rămas de atunci, corectând prin educaţie urmele de egoism, goana după ambiţii prea personale în

planurile fizic, mental şi profesional. Din vremea aceea, când se numea Prymme, i-a rămas plăcerea eleganţei şi a propriei frumuseţi fizice".

Marea este un drog: cei care au iubit-o într-o viaţă anterioară se întorc mereu la ea. Sunt adesea suflete atlante, care poartă în ele nostalgia misteriosului „Imperiu al valurilor", dispărut în urmă cu douăsprezece mii de ani:

„Într-o viaţă şi mai veche, o regăsim în ţara care a fost Atlantida. Entitatea a trăit pe viu distrugerea continentului şi s-a numărat printre supravieţuitorii acelui cataclism. (V. „Refugiaţii din Poseidia", în vol. II, p. 59) ***Dar procedând astfel, s-a pierdut pe plan moral: cu compatrioţii refugiaţi în ţara aceea (cunoscută astăzi ca America de Sud), a propagat idei şi ambiţii egoiste în ţara care a primit-o. Numele său era Omlu. De atunci, i-a rămas o tendinţă de a nu ţine cont de părerea celorlalţi; şi ar fi bine pentru ea dacă această înclinaţie sufletească ar fi canalizată şi reechilibrată printr-un respect al autorităţii".***

Pentru tot ce priveşte Atlantida, îmi trimit cititorii la Platon (***Critias*** este dedicat aproape integral descrierii Atlantidei, pe când ***Timeu*** conţine doar câteva pagini referitoare la ea), care face o descriere minuţioasă a organizării acestui imperiu, a capitalei, Poseidia, a tradiţiilor, peisajelor (apar mereu noi traduceri, mai bine popularizate, deci mai uşor de citit). După ce a descris Atlantida drept un monstru imperialist, Critias cel Bătrân îi descrie sfârşitul: când atlanţii lihniţi, nemulţumiţi că au fost învinşi de atenieni, mocnesc revanşa, pregătind arma absolută - raza laser, faimoasa „rază a morţii" - pe scară largă:

„S-au produs puternice cutremure de pământ şi inundaţii. Într-o singură zi şi o singură noapte de iad, pământul a înghiţit dintr-o dată toată armata voastră [a atenienilor], iar insula Atlantida s-a scufundat brusc în mare”. (*Timeu*, op. cit., p. 112)

Înfiorători, atlanţii ăştia!... Artişti şi ingineri geniali, dar neânduplecaţi, păstrează - spune Cayce - până în încarnarea actuală, acea nestinsă sete de putere care i-a dus la pierzanie şi care-i împinge astăzi pe culmile profesiei, oricare ar fi ea. Nu se poate face nimic: ei sunt neam de învingători!

La sfârşitul lecturii, mama va cere câteva precizări despre vieţile anterioare ale copilului:

„În ce perioadă a trăit în Grecia antică?

- În ultimele zile ale lui Xenofon”.

Celebrul istoric şi moralist s-a născut pe la 445 î. Ch şi a murit în exil, către anul 355. El i-a adus cu bine în ţară pe faimoşii „Zece Mii” de soldaţi greci din ariergarda oştilor ateniene, învinse şi abandonate după asasinarea tuturor generalilor lor în cortul satrapului Tissafern, duşmanul persan.

Fetiţa care a fost marcată în vieţile anterioare de ambiţia politică şi plăcerea propriei frumuseţi, n-a decis să se încarneze oriunde şi oricând. Ea are nevoie de tot ce este mai bun: Grecia secolului al V-lea î.Hr., aflată în culmea strălucirii culturale şi artistice. Este Grecia marilor filosofi, a pictorilor, a sculptorilor, a scriitorilor. Grecia care va fi admirată şi copiată de lumea întreagă. În ea, vezi şi respiri Frumuseţea. De altfel, Xenofon, în singurătate, a scris o lucrare intitulată ***Banchetul sau dialogul despre Frumuseţe.***

Cayce ar fi putut data această încarnare într-o mie de alte moduri. Referinţa la Xenofon nu este

nicidecum aleasă la întâmplare, ci ne dă de înţeles că frumosul model se număra între prietenii, protejaţii, apropiaţii săi. Chiar exilat din Atena, Xenofon rămânea o figură foarte respectată. Era un *„Very Important People”* al epocii sale.

„Aţi putea să precizaţi, Domnule Cayce, de unde a venit această entitate pentru prezenta încarnare pe Pământ?

- ***Aici,*** [a venit] ***de pe Venus. În Franţa, de pe Mercur, în Grecia, de pe Jupiter. În Atlantida, de pe Neptun”.*** (Lectura 2857-1)

Iată un lucru foarte interesant pentru cei care au noţiuni de astrologie! Pentru ceilalţi, am să traduc eu.

Neptun este ***„planul planetar”*** care guvernează apa: iată de ce *„this entity”*, ***„entitatea”,*** cum spune atât de ciudat Cayce, trebuie ***„să locuiască pe ţărmul unor mari întinderi de ape”.*** În plan mitologic, Neptun trimite şi la Atlantida, care a fost - spune Platon - împărăţia lui Poseidon, rege din care grecii au făcut un zeu numit de latini Neptun. În astrologie, planeta influenţează tot ce e ud sau analog apei: negura, ceaţa, tandreţea, intuiţia, poezia, muzica etc.

Planeta Jupiter este expansiunea, puterea. Acest tânăr model, încurajat şi susţinut de Xenofon în strălucitoarea frumuseţe a celor douăzeci de ani ai săi, înseamnă gloria, banii, recunoaşterea din partea notabilităţilor, respectul celorlalţi (şi gelozia... de unde ***„suferinţa”*** menţionată în lectură.) Când vii de pe Jupiter, nu consumi decât caviar şi şampanie (mied şi tarama, dacă te afli în Grecia...).

Cât despre viaţa franceză, când tânăra Charlotte venea direct de pe Mercur, a prevalat simţul măsurii,

dobândit pe această planetă. Într-adevăr, în astrologie, Mercur, patronul

Fecioarei, guvernează disciplina, munca, metoda - şi pe toţi oamenii calculaţi. Totuşi, Mercur, patron al Gemenilor, guvernează deopotrivă dansul, care dezvoltă simţul disciplinei cu preţul unui efort imens... Dacă Venus încoronează totul, micuţa consultantă 2857 poate aştepta totul de la Muze (mai ales de la Terpsihora, care patronează Dansul!).

Taglioni

„În viaţa imediat precedentă, ne aflăm în Franţa, într-o vreme când această ţară era condusă de oameni preocupaţi înainte de toate de interesele lor egoiste. Entitatea era dansatoare atunci. În viaţa aceea, a câştigat mult în experienţă, învăţând să-şi exprime emoţiile prin arta sa, împărtăşindu-le publicului. A fost între primele care au dansat pe poante, sub numele de Eschel. Şi pot fi văzute la ora actuală scrisori ale acestei entităţi, Iată de ce, în viaţa actuală, are acest talent înnăscut, acest dar de a se exprima cu ajutorul corpului”. (Lectura 220-1)

Acest nume, pronunţat cine ştie cum de Cayce şi transcris ***„Eschel”.***de secretara sa, nu figurează în nici un dicţionar de dans. Se ştie că secretara lui Cayce nu vorbea nici o limbă străină şi, prin urmare, masacra sistematic numele care nu erau englezeşti (până într-acolo încât Cayce a trebuit să o pună la punct şi chiar să-i dicteze uneori anumite nume, literă cu literă). În fine... probabil că avea alte calităţi: datorită ei, au fost păstrate lecturile!

Mă gândisem că putea fi vorba de faimoasa Fanny Elssler, una din marile figuri ale dansului din secolul al XIX-lea, foarte legată de familia tatălui meu. Aşa că l-am consultat pe Olivier Merlin, jurnalist şi scriitor, mare specialist al Operei, care mi-a atras atenţia asupra următorului amănunt din lectură: „***A fost între primele care au dansat pe poante”*** „Nu e nici un dubiu - mi-a spus el - este Mărie Taglioni care, pentru prima dată, a dansat pe „poantele” [=vârfurile, n.tr.] degetelor, în ***Silfida,*** baletul creat de tatăl său la Opera din Paris, în 1832. A fost o revelaţie, un succes monstru, care a schimbat complet arta baletului”. Tema făcea apel la Grecia antică şi la mitologia ei. Apar acolo nimfe, naiade, ondine, femei-pasăre, salamandre, tot poporul mărunt al spiritelor Naturii. Pentru a sugera aceste spirite imateriale, era nevoie de o graţie fluidă, un dans în aer, care să dea impresia că dansatoarele nu erau din lumea aceasta. Mărie Taglioni a reuşit perfect acest lucru. Susţinută de entuziasmul - chiar delirul! - spectatorilor şi de talentul jurnalistic al lui Theophile Gautier, Mărie Taglioni a contribuit la o strălucită renaştere a dansului la Opera din Paris. Rochia vaporoasă de tul transparent, pe care o purta în ***Silfida,*** a avut un asemenea succes încât a devenit costumul profesional tipic al dansatoarelor clasice: „tutu” (fusta din tul, scurtă şi creaţă, purtată de dansatoare, balerine. (N.tr.)). Pantofiorii din satin roz (umpluţi cu vată, în vârf, ca să susţină înălţarea pe vârful degetelor) au fost adoptaţi cu entuziasm de restul dansatoarelor, care au renunţat la pantofii pătrăţoşi purtaţi până atunci. În concluzie, Taglioni a revoluţionat Opera! Şi stilul ei de dans „eterat” a creat şcoală: i s-au copiat arabescurile, elementele de legătură, incredibila stăpânire a echilibrului. Opera

romantică a fost invadată, timp de un secol, de silfide în *tutu* şi de personaje greceşti în pantofiori roz.

Mărie Taglioni - ca de altfel şi rivala sa, Fanny Elssler - nu era o oarecare. Era o foarte mare profesionistă, născută în serai: a supt laptele dansului în familie, din fragedă pruncie. Tatăl, Filippo Taglioni, era tot dansator şi coregraf (el a conceput mişcările din ***Silfida***). Împreună cu familia şi trupa sa, colinda din oraş în oraş ca să dea spectacole şi astfel s-a născut micuţa Mărie la Stockholm, la 23 aprilie 1804. A murit în 24 aprilie 1884, la Marsilia, la 80 de ani, o vârstă înaintată pentru o dansatoare de atunci. Căci ceea ce nu ştie marele public este faptul că dansul era, în vremea aceea, o meserie foarte riscantă: rochiţele de tul ale dansatoarelor se aprindeau uneori de la luminările (şi ulterior, becurile cu gaz) care iluminau scena, iar sărmanele fete se transformau în torţe vii. Ceva cumplit! Aceste accidente au dispărut abia când s-a descoperit electricitatea. Dar în 1832, nu se întâmplase încă acest lucru. (Vă recomand spre lectură cartea excelentă, frumoasă şi bine documentată a lui Olivier Merlin, ***Quand le Bel Canto régnait sur le Boulevard***/*Când domnea Bel Canto pe bulevard.* Ed. Fayard, Paris 1978)

Lectura lui Cayce a fost făcută în 1929, pentru o fetiţă de 5 ani, pacientă a Spitalului Cayce. Mămica fetiţei pune câteva întrebări:

„Sub domnia cărui rege al Franţei a fost fetiţa mea dansatoare?

*- **Sub ultimul Ludovic”.*** răspunde Cayce... (Aceeaşi lectură)

Să înţelegem că e vorba de Ludovic-Filip sau de Ludovic al XVIII-lea? Biografia lui Taglioni arată că ea a prins ambele domnii, în secolul al XIX-lea.

Neînţelegând bine de ce o personalitate atât de strălucită ar mai trebui să muncească pe brânci, aici, mămica întreabă:

„Va mai fi nevoie să se reîncarneze?”

„Depinde de ceea ce hotărăşte să facă din ea însăşi şi din darurile ei, pe calea dezvoltării sufletului, adică a subconştientului”.

Lectura vieţilor anterioare este foarte interesantă, căci arată continuitatea talentelor de la o viaţă la alta.

„În viaţa dinaintea acesteia [în Franţa], o ***regăsim în epoca distrugerii palatelor din Oraşul colinelor*** [este vorba de Roma şi de cele şapte coline, din timpul incendiului lui Nero, după cum o să vedem]. ***Entitatea trăia la curtea lui Nero, iar numele său era Aschell; a pierdut moral în acea experienţă, reabilitându-se abia la sfârşitul vieţii, când a acceptat să renunţe la libertatea fizică*** [în temniţă] ***pentru convingerile sale. Din viaţa aceea, îi rămâne, pe de o parte, o înclinaţie spre nesupunerea faţă de autoritate, iar pe de altă parte, o vie conştiinţă a eleganţei, a gătelii, o atenţie pentru îngrijirea corpului. Şi dacă nu o creşteţi cu fermitate, această atitudine riscă să devină un defect în viaţa sa actuală”.***

Iată de ce Taglioni revoluţionase micul univers al dansului, „modernizând” balerinele! Pe de altă parte, este foarte interesantă referinţa la ***„palatele din Oraşul colinelor”.*** După incendiul uriaş care a distrus o parte a Romei în anul 64 d.Hr. şi al cărui autor se crede că a fost Nero, împăratul le-a luat proprietarilor palatele incendiate şi a pus să se construiască o reşedinţă imensă, unind mai multe coline (între care Palatin, Coelium şi Esquilin), iar decorarea le-a revenit celor mai buni artişti ai epocii. Acest palat, „Domus

Aurea” sau „Casa de Aur”, a fost uitat. Redescoperit apoi în secolul al XVI-lea, i-a umplut de mirare pe arheologi: era decorat în întregime cu motive inspirate de spiritele Naturii: nimfe, satiri, elfi, gnomi şi... silfide! Reprezentate într-un mod încântător, amestecate cu ghirlande de flori şi fructe, bolţi de frunze multicolore, toate aceste minuni s-au dezvăluit ochilor miraţi ai artiştilor italieni - Rafael era unul dintre ei - care s-au inspirat din ele imediat, numindu-le „groteşti” (de la „grotto”, cavitatea creată de săpăturile arheologice). Acest „grotesc” caracterizează arta Renaşterii. În Franţa, îl regăsim pe pereţii tuturor castelelor de pe Loara, de la palatele lui Francisc I-ul, până la Versailles. Şi în toate motivele decorative europene până în epoca noastră (inclusiv tapeturile panoramice ale lui Zuber, indiencele lui Koechlin la Mulhouse, pânzele lui Genes, imprimeurile provensale etc.)

Baletul ***Silfida*** se întorcea la sursele de inspiraţie greco-romane, sub paşii plutitori ai lui Mărie Taglioni. Ea trecuse, cu siguranţă, prin „Domus Aurea”, în timpul lui Nero şi a ţinut minte atmosfera artei inspirate direct de vederea spiritelor Naturii. (În acest sens, a se vedea capitolul special din vol. III, p. 25)

Bineînţeles că această mare doamnă a Romei şi a Parisului trecuse prin Egipt - itinerariu obligatoriu pentru orice artist (şi pentru orice nativ francez, se pare!).

„În încarnarea dinaintea acesteia [Roma], ***regăsim entitatea noastră într-o perioadă când domnea dezbinarea, în ţara pe care o numiţi acum Egipt. Entitatea era o preoteasă din Templu şi favorita suveranului de atunci. Când a fost alungat Marele Preot*** [Ra-Ta], ***enitatea, care se numea atunci Isli, a câştigat moral prin***

fermitate, rămânând în ţară, ca să-l sprijine pe suveranul legitim, în loc să ia calea exilului alături de Marele Preot. Însă a pierdut moral, abuzând de puterea sa când a fost reluată oficierea în Templu (care făcea mult pentru oamenii de atunci). Astfel, la ora actuală, entitatea nu se interesează deloc de ceea ce putem numi gândirea religioasă obişnuită şi mai ales de religie ca regulă de viaţă. Dar ceea ce o va motiva va fi iubirea de oameni, ajutorul pe care îl poate oferi. Această cale o poate face să progreseze mult în viaţa prezentă, dacă este îndrumată în acest sens”.

Ne amintim că Templul, pe care Cayce îl numeşte adesea ***„Templul Frumuseţii”,*** era totodată spital, universitate, mânăstire etc. Printre tehnicile ce se învăţau acolo pentru vindecarea bolnavilor, muzica şi dansul ocupau primul loc. Dar frumoasa favorită egipteană venea din Atlantida, a cărei moştenire culturală a trecut în Egipt:

„În încarnarea precedentă [Egipt], ***o regăsim pe continentul cunoscut ca Atlantida. Entitatea aparţinea (dinastiei) poseidienilor şi era celebră pentru arta de a se îmbrăca. Dar vrând să folosească energiile întunecate ale Pământului în scopuri negative, ea s-a distrus. Numele său era Eld. De aici, la ora actuală, atitudinea entităţii care-i va considera respingători pe cei motivaţi doar de ispita câştigului. Totuşi, dacă este încurajată să-i antreneze pe cei din jur în ajutarea semenilor, în loc să-i pună la treabă doar în folosul său, va ajunge la relaţii mult mai bune. Va avea influenţă (...)”.***

Iată o dansatoare care a avut mereu un caracter de femeie puternică: fie în Franţa, la Roma, în Egipt sau în Atlantida, ea a fost întotdeauna o persoană importantă în cercurile conducătoare, încarnându-se din viaţa în viaţă, într-o poziţie care-i asigura influenţa. Şi Cayce conchide:

„(...) Astăzi, ea ar putea să câştige avere şi celebritate ca dansatoare - cu condiţia să fie bine îndrumată”.

Este interesant faptul că ea a ales să exercite o influenţă nu prin mijloace politice, ci - într-un mod foarte feminin - prin eleganţa, ţinuta, arta sa. În secolul al XIX-lea, pentru micuţele dansatoare ale Operei din Paris, viaţa era grea, concurenţa feroce, meseria epuizantă. Îţi trebuia sănătate de fier, energie, curaj, autoritate excepţionale, calităţi pe care le obţii numai cu preţul muncii din vieţile anterioare! A e număra între personajele de la curtea lui Nero era neîndoielnic o meserie extrem de riscantă... De altfel, Cayce lasă să se înţeleagă că ea a sfârşit în temniţă, persecutată pentru credinţa creştină.

Marie Taglioni alesese, în secolul al XIX-lea, un atu primordial: familia. Prietenul meu, Oliver Merlin, un mare specialist în domeniul dansului, îmi spunea despre dansatoare: „Reuşeşc numai cele care au mamă. De ce? Pentru că este o meserie atât de dură încât nu poţi reuşi fără să ai alături o persoană devotată, care să aibă grijă de tine şi să supravegheze contractele...”

O teologă are voie să danseze?

Iată o tânără care n-a împlinit încă 16 ani şi studiază foarte serios teologia protestantă. Cayce o anunţă că are de împlinit o misiune spirituală:

„Cum această entitate şi-a trecut probele, atât în plan mental, cât şi în plan spiritual, într-o existenţă precedentă, acum este în stare să trezească numeroase suflete la Cunoaşterea, la înţelegerea iubirii Tatălui pentru oameni. Astfel, este posibil ca rugăciunile, rugăminţile acestei entităţi, munca sa fizică şi spirituală să capete într- o zi o mare semnificaţie pentru toţi".

De aici, studiile de teologie. Dar sunt acestea compatibile cu plăcerea dansului? se întreabă viitoarea „păstoriţă" (sau femeie-pastor, dacă vreţi!). Ea îl întreabă pe Cayce acest lucru, cu un sentiment de culpabilitate ... (puritanismul şi „Bible Belt" obligă!) (*Bible Belt* desemnează statele americane din sud, profund protestante. N.tr.). Iar el o linişteşte:

„De ce îmi place atât de mult să dansez?

- Aceasta este o expresie firească a bucuriei şi a bucuriei pe care o simţi când, exprimându-ţi bucuria, o împărţi cu ceilalţi! Dacă dansezi în această stare sufletească, vei răspândi în jur armonie, ritm, pace, făcându-i pe toţi să se poată exprima armonios".

Maica Yvonne-Aimé de Jesus, o mare mistică, faimoasă pentru fenomenele miraculoase care i-au marcat viaţa (bilocaţii, extazuri, stigmate, ploi de flori etc.) nu s-a sfiit niciodată să danseze şi să le pună să cânte pe tinerele novice din mânăstirea sa, din Bretagne, la sărbătorile comunităţii. (V. foarte ineteresanta carte a lui Paul Labutte, ***Yvonne-Aimé de Jesus***, Ed. F.-X. de Guibert, 1998) Dar... Există un „dar":

„Atenţie, totuşi! Dacă dansezi doar ca să-ţi găseşti pereche sau doar ca să fii cu cineva, atunci, atenţie!” (Lectura 276-6)

Fata va pune întrebări într-un stil foarte mistic:

„Ce fel de gânduri trebuie să nutresc ca să mă apropii de Dumnezeu, de tot ce e sfânt şi pur?

- Repetă-ţi mereu: cât timp mă va conduce spiritul lui Christos, nu pot să fac rău. Când mă conduc singură, mă pot înşela. Dar avându-L pe Christos călăuză, însoţitor, Mântuitor, mă voi încrede în El şi voi împărţi cu El toate necazurile şi bucuriile mele.

Căci trebuie să fii veselă când îi slujeşti pe ceilalţi! închipuieşte-ţi că Tatăl îşi vrea copiii fericiţi şi veseli, nu trişti!”

Noi, catolicii, exprimăm acest lucru astfel: „un sfânt trist este lipsit de valoare”. Biata copilă, puţin masochistă (ca în orice mediu puritan), crede că dansul este un păcat! I s-a spus de atâtea ori că trupul este întinat, iar plăcerile fizice sunt păcătoase...

Poate că din acest motiv există lecturile despre dans în opera lui Cayce. Iată o cale spirituală foarte importantă, care nu-i preocupa deloc pe consultanţii lui Cayce. El le spune mereu că expresia artistică este absolut fundamentală pentru echilibrul unei fiinţe umane. Or, modul de viaţă american ***(the american way of life)***, pe care îl copiem prosteşte, închide artiştii în Muzee, înmulţind psihiatrii. Vai, ce eroare! Nici o terapie nu egalează terapia prin artă!

Civilizaţiile tradiţionale, atât în Europa cât şi în America indiană, întotdeauna au integrat arta dansului în viaţa cotidiană. Nu voi uita nicicând lecţia pe care am primit-o cândva de la bunica mea, Marguerite Koechlin-Schwartz. De origine italiană, ca Taglioni, şi

artistă până în vârful unghiilor, se îngrijea să urmez cursuri de desen, dans, muzică şi mă învăţa câte o poezie în fiecare zi! Eram pe atunci o fetiţă mărunţică, pe care o ducea cu automobilul ei mare şi negru, privilegiu care le făcea pe cele două surori ale mele să moară de invidie. Într-o zi, pe drumul de la Vannes la Hennebont, traversând un sat breton, am avut o surpriză: toată strada era ocupată de o nuntă. Nuntaşii jucau în sunetul cimpoaielor bretone, îmbrăcaţi în costum popular. Şi nu o făceau de dragul turiştilor - specie zoologică încă virtuală în 1945.

„Opreşte, i-a spus bunica şoferului (cu caschetă!). Vreau ca Dorothee să admire dansurile. Uită-te bine, scumpo: va veni vremea când toate acestea nu vor mai fi! Oamenii se vor ruşina de dantelele acestea minunate, de superbele costume din catifea brodată; nu le vor mai îmbrăca şi vor uita cum se dansează gavota şi jabadao...”

Şoferul lua aerul celui care îngăduie toanele stăpânei sale pentru că ţine mult la ea (bunica era adorată de personalul casei!). Bogaţii au toane, toată lumea o ştie. Nunţi văzuse bunica toată viaţa - mai ales o nuntă modestă, într-un sat unde miroase a balegă de vacă şi gunoi de porc. Dar bunica mea, care era medium, vedea viitorul. Ea privea cum se stinge sufletul Bretaniei într-un ultim dans... Am stat două ore, nuntaşii au venit la noi şi ne-au poftit să bem cidru împreună cu ei.

Acum, poţi trece oricând prin satele din inima Bretaniei, într-o sâmbătă de primăvară: nu vei mai vedea veste de catifea brodată sau coifuri de dantelă. Te vor servi cu hot-dogs pe fundal de rock, într-un fastfood din plastoc (Autoarea face din „plastic” plastoc, ca să rimeze cu rock, aruncând o umbră de

ironie amară asupra împrumuturilor care distrug tradiţia. (N.tr.)). Şi dacă ţii cu tot dinadinsul, sărmane retrograd nostalgic, la o ţâră de joc popular, ţi se va recomanda cel mai apropiat festival de artă celtică, unde s-a prevăzut tot ce trebuie pentru dinozaurii din specia ta. Şi de-ar fi să-ţi poţi permite Marea Iertare a Sfintei Ana de la Auray, fii sigur că televiziunea va fi nelipsită acolo. În orice caz, pegăteşte-te să vezi mai mulţi *jeans* decât jiletci brodate şi jocuri populare!

Acei artişti naivi de odinioară au dispărut. Ei se uită la televizor, la „Dallas”, unde nimeni nu are de gând să danseze „La Dérobée de Guingamp”. Ei” au respins moştenirea, amintirea acelui timp când muzica, strălucirea veşmintelor, dansul făceau viaţa mai frumoasă. Chiar şi la cei nevoiaşi, cea mai modestă pereche de saboţi avea graţia ei, farmecul subtil al celui care-i făurise. Oricât de grea era viaţa, lumea o trăia în dans. Se dansa la strânsul recoltei, se dansa la nunti, se dansau „iertări”, se dansa la orice sărbătoare. La şcoală, dansam în fiecare zi, în fiecare recreaţie, pe melodii tradiţionale şi asta ne încânta la nebunie.

Modelul american, cu acest puritanism cras de care se plângeau zilnic şi prietenii mei de la Fundaţia Cayce (fără să se poată, însă, debarasa de el!), exclude dansul, considerându-l o cărare spre iad. Să fi auzit pe ce ton mi se vorbea de „Lido”, de „Folies Bergères” şi de „micuţele dansatoare din Montmartre”! Cu toate acestea, America a dat mari profesioniste, ca Isadora Duncan (care, primită foarte prost în ţara sa, şi-a sfârşit viaţa în Franţa) şi Martha Graham. Dar acesta nu este dansul cotidian, integrat în viaţa poporului. Unde s-au dus *la bourrée* din Auvergne, berberul *haïdous* sau tarantela napolitană (ale cărei virtuţi terapeutice erau recunoscute)? Cândva, orice

era un pretext pentru a dansa. Eu însămi am dansat, într-o perioadă, seară de seară, când veneam acasă, reconstituind în faţa oglinzii suitele clasice pe care le învăţasem la cursul de dans ţinut de Edith Eyrolles. Numai pentru plăcerea de a simţi destinderea intrând în mâini şi picioare, odată cu melodia. De asemenea, ce minunată formă de meditaţie... Dansul este o terapie: el îi vindecă pe cei ce-l iubesc!

Terapia prin dans s-a născut în Egipt

În lectura următoare, Cayce descrie activităţile din ***„Templul Frumuseţii”,*** care era totodată spital, mânăstire, universitate în Egiptul străvechi (V. vol. I, pag. 151-153, şi William Fix, op. cit.):

„[Acest Templu] ***era construit cu materiale provenite din munţii de lingă bazinul superior al Nilului. El avea forma unei piramide, în care se amenajase un spaţiu în formă de glob, simbolizând pentru cei care lucrau acolo faptul că se aflau în slujba întregii lumi. Mobilierul? Ne putem imagina frumuseţea lui, ştiind că obiectele cele mai frumoase de pe Pământ fuseseră adunate acolo: din aur, argint, onix, fier, aramă, mătase, satin, in subţire...***

În ce consta ajutorul primit acolo? Cei care veneau să scape de excrescenţele animale care-i handicapau, găseau informaţii care le permiteau să înţeleagă ceea ce li se întâmplase”. (Lectura 281-25)

Persoana pentru care a fost făcută această lectură îl aude pe Cayce descriind funcţionarea faimoasei instituţii. (Am vorbit deja despre acest templu in volumul I (v. capitolul despre terapiile foarte

sofisticate din Egipt), la pagina 150). Amintesc aici povestea acelor hibrizi, pe care Cayce îi numeşte ***„lucrurile”,*** un fel de monştri pe jumătate animale, pe jumătate oameni - în fapt, biete fiinţe handicapate din cauza unui dezechilibru genetic. Încurcaţi de reminiscenţele animale (pene, gheare, colţi, ciocuri, cozi...), ei au fost folosiţi ca sclavi sau roboţi, în Atlantida.

După scufundarea acesteia, refugiaţii au reconstituit în Egipt, un fel de miniregat atlant, dar având ca obiectiv principal reclasarea refugiaţilor, iar în cazul hibrizilor, vindecarea. De aici, dezvoltarea tuturor ramurilor medicinei în Egiptul străvechi. Nu era nicidecum o „medicină reparatorie”, ca a noastră. Oamenii primeau o îngrijire complexă, începând cu sufletul:

„În plus, li se arăta, cu ajutorul simbolurilor, greşelile şi virtuţile Omului, de-a lungul celor şapte etape ale dezvoltării sale, puse în lumină de cei care slujeau în Templu ca „purtători ai Luminii”; aceştia se ocupau de novicii care erau pregătiţi pentru iniţiere, oferindu-le o învăţătură religioasă, cum a făcut Ra-Ta. Şi tu, când ai intrat în această instituţie, renunţând la lume şi la tot ce-i obsedează cu atâta uşurinţă pe fiii oamenilor, ţi-ai pus toată nădejdea în Dumnezeul unic, astfel încât să fii cu totul în slujba fiinţelor umane - şi, deci, sacrificându-ţi propriile dorinţe, ca să-i ajuţi mai bine pe fraţii tăi să-L cunoască pe Domnul.

Şi, deci, activităţile [din Templul Frumuseţii] ***se prezentau astfel: mai întâi, erau cântul şi muzica, aşa cum am spus deja. Se cântau incantaţiile „Ar-r-r-U-u-Um-m*** (Este vorba de o

vibraţie sonoră folosită pentru vindecarea fizică şi spirituală (în India, ar fi numită mantra), analogă cu „om” la indieni, „amen” evrei, „awenn” la gali), c***are aveau ca efect slăbirea controlului asupra corpului fizic, modificând vibraţiile care caracterizau oamenii de atunci. Acum, nu mai este la fel: sălăşluiţi în substanţa unei materii mult mai grele decât altădată, când corpul vostru vibra odată cu lumina - care devine culoare, care devine sunet, care devine activitate”.*** (Fragment dintr-o lectură pe care am tradus-o deja în Edgar Cayce, ***Guérir par la musique*** / Edgar Cayce, vindecarea prin muzică, Ed. du Rocher, Col. L’Age du Verseau, p. 18)

„Voi toţi să încercaţi aşadar să regăsiţi împreună această incantaţie „Ar-r-r-r-Ar”, ca să înţelegeţi cum poate ea să exprime emanaţiile colorate ale corpului vostru, aura voastră. Alături de muzică, era dansul, al cărui obiectiv era îngrjirea celor ce fuseseră atinşi de forţele de distrugere. Astfel erau vindecaţi cei care fuseseră distruşi de forţele negative şi ajutaţi să regăsească poziţia verticală, cu un corp drept, o gândire dreaptă şi o activitate dreaptă.

Apoi, Proorociţa le împărţea tuturor câte o pecete a vieţii; fiecare iniţiat care trecea prin aceste încercări descoperea în ea schema generală, simbolică, a programului său de lucru, adică felul cum trebuia să-şi ducă viaţa ca individ, relaţiile cu semenii în acea încarnare terestră. I se amintea că se află în această lume, fără să-i aparţină.

Toate aceste experienţe de atunci se exprimă astăzi în viaţa ta prezentă. Mai întâi în

această nevoie de curăţenie, ca atunci când ţi-ai purificat corpul, spălându-l în sânge, în apă, ca să-l cureţi, în ochii tăi şi ai celorlalţi. Eşti încă marcată de toate acestea, de oncţiunea cu tămâie, care p-a permis accesul la alt nivel de conştiinţă, de percepere a propriei fiinţe şi a greşelilor comise, comparându-le cu faptele şi gesturile celorlalţi.

De aici, reminiscenţa acestor activităţi care ţi-au aparţinut: a-i pregăti pe ceilalţi, a-i ajuta să renască, să se purifice, să se consacre slujirii [celorlalţi] - ***toate acele îngrijiri acordate celor bolnavi la minte sau trup, care mai târziu vor fi reunite în ceea ce se va numi un „serviciu spitalicesc”. Se adăuga ajutorul psihologic acordat cu ajutorul divinaţiei celor care aveau de înfruntat ispite lăuntrice şi obstacole exterioare. Istoricii studiază astăzi foarte puţin această etapă culturală a dezvoltării civilizaţiilor...***

Iată, deci, care erau activităţile din Templul Frumuseţii: învăţarea, pregătirea pentru iniţiere, ajutarea celor suferinzi, cântul, muzica, tot ce-şi afla expresie în experienţa oamenilor de atunci.

Şi mă vei întreba: Unde s-au dus toate acestea? Totul s-a risipit şi nu mai există decât în sfera [invizibilă] ***unde tu poţi să pătrunzi, unde au pătruns unii. Tot acest trecut a fost pecetluit cu cele şapte Peceţi, după Lege, dar rămâne prezent, totuşi, în activităţile pe care le desfăşori printre fraţii umani. Iar în contactele tale, asociaţiile cu ei, astăzi, să aplici, deci, experienţa dobândită în viaţa aceea*** [în Egiptul străvechi] ***(...). Întoarce-ţi faţa către Christos, fratele tău, care a arătat că Dumnezeu este***

Calea viei El este Viaţa. El este Iubirea. El este Frumuseţea. El este Armonia. El este Muzica. El este ritmul ***corpului în Dans, iar dansul este slujirea Dumnezeului tău. Deşi ceilalţi nu au nici o consideraţie pentru limbajul tău, cel al corpului în mişcările şi căile sale de exprimare, să-l rămâi totuşi credincios*** Lui. ***Nu păstra ranchiună nimănui, iubeşte-i pe top. Căci aşa cum p s-a spus, această muncă de pregătire este motivul pentru care slujeşti aici, un semn că egoul tău se dizolvă puţin câte puţin, în iubirea aproapelui, prin bucuria Domnului exprimată în tine".*** (Lectura 281-25)

Această lectură este interesantă, pentru că reinserează dansul în contextul său spiritual (în timp ce puritanul mediu nu vede în dans decât deşertăciune şi prilej de „păcat"!). Cayce recunoaşte că „***ceilalţi nu au nici o consideraţie"*** pentru limbajul corpului şi-i persecută pe aceia care se dedică dansului în întregime. Trebuie să înţelegem contextul: pentru majoritatea consultanţilor lui Cayce, arta era un subiect aproape complet ignorat... Să se fi schimbat oare situaţia în Statele Unite, astăzi? Artistul este prea des tratat cu dispreţ, exceptând cazul când aduce mulţi bani! Această ambianţă nu are nimic comun cu respectul manifestat la noi, în Europa, faţă de artă şi artişti. În Italia, Franţa, Marea Britanie, Elveţia, Germania, Olanda, Belgia, arta nu putea atinge asemenea culmi dacă artiştii n-ar fi fost ajutaţi şi încurajaţi.

Din păcate, educaţia actuală nu încurajează suficient creaţia artistică. Totuşi Cayce ţinea mult la aceasta, aşa cum vom vedea. În timp ce, pentru gândirea puritană, Frumuseţea este un păcat (A se

vedea, în acest sens, Cyril Scott***, L'influence secrète de la musique à travers les âges*** / *Influenţa secretă a muzicii de-a lungul epocilor,* Ed. La Baconnière, 1984, Neuchatel (Suisse)) (şi lumea adoptă urâţenia ca să aibă cugetul curat), Cayce consideră că Frumuseţea este expresia însăşi a Divinităţii. Aşa arată tradiţia cabalistică, unde Tiphereth, Frumuseţea, este o virtute divină situată în inima arborelui sefirotic. Pentru Cayce, ca şi în tradiţia noastră, abia urâţenia era o expresie a păcatului. Orice dizarmonie vine de la spiritul Răului.

Lectura 281-25 se încheie cu fraza rituală:

„Aşteptăm întrebările [consultantei sau ale persoanelor prezente]".

„Care erau simbolurile celor şapte etape ale dezvoltării fiinţei umane?

- ***Scarabeul simboliza lumea. Cocoşul tânăr, naşterea. Şarpele, spiritul. Vulturul, înţelepciunea. Iar crucea, coroana, pridvorul, uşa, drumul simbolizau diversele activităţi".***

Unele din aceste simboluri au supravieţuit după Potop, perpetuându-se în Egiptul dinastic, bine cunoscut de egiptologi. O persoană, care ştie că erau mai multe Temple întrucât cunoaşte lecturile lui Cayce despre Egipt, întreabă.

„În care Templu am lucrat cel mai mult?"

„Depinde în ce perioadă a vieţii tale. În tinereţe, lucrai în Templul Sacrificiului (cel al purificării). La maturitate, după operaţia de corecţie ortopedică de care ai beneficiat (Cayce face aluzie aici la chirurgia din Egiptul predinastic (v. vol. I), în care s-a desfăşurat un vast program de terapie operatorie: se corectau mâini, picioare, gambe, braţe ale celor marcaţi de apendice animale (copite despicate, gheare, pinteni, solzi, pene, blană etc.)), ***ai***

intrat apoi în Templul Frumuseţii, în calitate de supraveghetor al şcolii iniţiaţilor care lucrau progresând de la un simbol la altul, în cursul călătoriei lor [iniţiatice] ***în Templu.***

Aici, ar fi bine să facem precizări despre „călătorie" şi semnificaţia ei. Aşa cum am arătat, Templul avea formă de glob, în interior, şi de piramidă, la exterior. Erau de patru ori patruzeci şi patru de coţi. Cotul, numit în vremea aceea „mir", era de douăzeci şi şapte de degete şi jumătate, înălţimea construcţiei era de optzeci până la cincizeci şi patru de „mir", iar forma, ovală. (V. acest fragment în lucrarea egiptologului William Fix (în adaptarea mea), op. cit., în care autorul expune tot ce priveşte această misterioasă unitate de lungime din Egiptul străvechi, 'mirul', strămoşul metrului, peste care a curs atâta cerneală de atunci)

Din popas în popas, mergeau cei care trebuia să lucreze la cele şapte etape de dezvoltare umană - ***sau cele şapte Sigilii. Prin traversarea fiecărui popas, se ajungea la următorul. Şi totul alcătuia un fel de pânză de păianjen".***

Un „labirint", am zice astăzi, ca acelea din Evul Mediu (de pildă, cel al catedralei din Chartres, pe care pelerinii îl parcurgeau în genunchi), sau popasurile drumului crucii din ritualul catolic. Nimic nu este vreodată nou sub soare!

O altă persoană, prezentă la această lectură, întreabă:

„Şi care era rolul meu în Templul Frumuseţii?

„Eraţi heraldul armelor, cu trompeta şi cimbalele".

Aş fi putut traduce prin „uşier” sau „cel-care-strigă”, dar mi-a fost teamă să nu sune prea profan, fiind vorba de liturghie, într-un cadru profund religios. Acest personaj juca, oarecum, rolul „paznicului de biserică” în ceremoniile religioase catolice. (După dicţionarul Petit Robert, „heraldul armelor avea drept funcţii, în Evul Mediu, transmiterea mesajelor, proclamaţiile solemne şi ordonarea ceremoniilor.” Când eram mică, îl auzeam pe funcţionarul municipal care făcea anunţurile primăriei, bătând toba în piaţa satului. Locuitorii veneau să-l asculte şi, după ce se adunau destui oameni, scotea din buzunar o hârtie (cam mototolită) împăturită în patru, pe care o desfăcea încet, ca să-şi citească proclamaţia: „Cetăţeni...” Cum se cânta odinioară: „Le Roi a fait battre le tambour...”)

O altă persoană care era de faţă la această lectură vrea să ştie şi ea:

„Eram sau nu eram în Templul Frumuseţii? Şi dacă eram, ce făceam, vă rog?

- ***Vă ocupaţi de întreţinerea acelor sigilii, de supravegherea stării lor în cursul activităţilor care se derulau acolo, controlaţi dacă erau afectate de impactul cu radiaţiile stelare şi în ce mod. Altfel spus, un „paznic al sigiliilor”! De unde, astăzi, interesul dumneavoastră pentru astrologie şi astronomie”.***

Traduc şi eu cum pot... Nici eu, nici vreun specialist de la Fundaţia Cayce nu ne putem lăuda că am fi înţeles totul în lecturi! Cayce descrie aici ritualuri, locuri, terapii dispărute şi despre care n-avem, uneori, nici o idee. Se întâmpla acum douăsprezece mii de ani... Multă apă a curs, de atunci, pe Nil (care nici măcar nu se numea „Nil” în vremea aceea).

Ceva mai târziu, la 21 ianuarie 1936, aceeaşi persoană îi va solicita o nouă lectură lui Cayce. Ea făcea parte din „Spiritual Healing Group” (A se vedea şi Mary-Ann Puryear, ***Techniques de guérison par la priere***/*Tehnici de vindecare prin rugăciune*, Ed. du Rocher, 1998), adică grupul de vindecare prin rugăciune, din Norfolk-Virginia Beach. Cum, în 1936, o asociaţie de dans din New York îşi denumise centrul de întruniri „Templul Frumuseţii”, (membrii) au venit la Cayce să-l întrebe dacă unii dintre dansatori avuseseră vreo legătură cu Egiptul străvechi şi, mai exact, cu Cayce şi anturajul său. Credea, de asemenea, că trebuia să aibă o legătură karmică şi cu grupul de vindecare spirituală din Virginia Beach. Şi dacă nu era aşa, de ce a fost ales acest nume? (Despre semnificaţia numelor, v. şi ***Souvenirs de nos vies antérieures***, op. cit., „Analiza karmică a numelor”, p. 217: nici un nume nu este dat vreodată „la întâmplare”)

„Da”, răspunde Cayce, ***„acela dintre voi care a venit să aducă un mesaj avea, într-adevăr, legătură cu activităţile din Templul Frumuseţii, odinioară. Şi amintirea inconştientă a acelor*** frumuseţi ***de altădată a motivat asociaţia să numească astfel acest loc modern, menit unei activităţi foarte materiale şi profane. Există aici o referire la frumuseţea din trecut, la splendoarea de odinioară, care s-ar putea reflecta aici, care le-ar putea aparţine. În concluzie, e o scânteie, sunt nişte firmituri din acea frumuseţe dispărută şi din muzica aceea, care ajuta (şi poate încă să ajute) indivizii de astăzi să se conecteze spiritual. Ea ar putea trezi în ei reminiscenţa splendorilor trecute, a ceea ce***

au săvârşit cândva cei care slujeau acolo [în Templul egiptean al Frumuseţii]”. (Lectura 281-26)

„În cele şapte etape de dezvoltare a Omului, de ce este scarabeul simbolul lumii, cocoşul tânăr, cel al naşterii, şarpele, al spiritului, iar vulturul, al înţelepciunii?

- Ah, ne îndepărtăm! Să ne ocupăm mai întâi de vindecarea spirituală! Căci, pentru astăzi, am terminat!” (Lectura 281-26)

Ar fi trebuit să se revină la consideraţii arheologice şi mitologice care, probabil, depăşeau nivelul cultural al consultantei, dar pentru noi, ceilalţi, nu este interzis să reflectăm la acest subiect, în lumina descoperirilor arheologice recente.

Ţiganca din Templul Frumuseţii

Încă o lectură făcută pentru o tânără, domnişoara 3418, în 1943, când avea 26 de ani. După ce a sfătuit-o să-şi facă un blazon personal, ***„având ca emblemă Templul Frumuseţii şi o tânără dansatoare intrând în el”,*** Cayce i-a recomandat ***„În loc să se autocompătimească luând poziţia martirului, să danseze mai des!”*** (era în firescul vârstei sale!) Cayce îi descrie apoi tema astrologică, dominată de Saturn şi Ver.us, patronii Balanţei. Acest semn, să nu uităm, guvernează arta şi artiştii, mai ales dansul - dar şi tendinţele la deprimare şi pesimism, dacă Saturn este prost plasat. Nativa era de asemenea sub influenţa lui Uranus (creativitatea) şi a lui Jupiter (expansiunea şi gustul mişcării fizice). (În astrologia medicală, Jupiter guvernează coapsele: prin urmare, influenţa lui îndeamnă nativul la mers, curse, călărie, ciclism, tenis - de fapt, toate sporturile! A se vedea şi

L'astrologie karmique d'Edgar Cayce*/Astrologia karmică a lui Edgar Cayce*, Ed. R. Laffont, 1983)

Apoi, îi citeşte vieţile anterioare:

„Înaintea acestei vieţi, entitatea trăia în tara a cărei cetăţeană este acum [Statele Unite], ***în primele aşezări de imigranţi, lingă Jamestown, Williamstown, Yorktown. Ea era printre pionieri, nu chiar primii, ci aceia care au venit formând grupuri destul de mari ca să se poată naşte în rândul lor o activitate politică, cu partide şi „clici” care creau opoziţie între aceste grupuri.***

În acea încarnare, entitatea, pe numele său Ethel Vance, a trecut prin tentaţii în urma unor decepţii, Iată ce explică comportamentul actual, iată de ce este ea atât de timidă. Şi totuşi, când îşi exprimă sinele profund, toată lumea se opreşte să o asculte! Căci, în încarnarea aceea, entitatea a făcut lucruri mari ca profesoară, ca animatoare, ca actriţă şi chiar ca fondatoare a unui cămin! Şi ea poate reuşi astăzi de asemenea, pentru că acestea sunt, pentru ea, căile succesului. Cum vi s-a spus deja, duceţi-vă mai des la dans! O să fiţi încântată! Muzica şi ritmul, care fac parte din precedentele încarnări ale dumneavoastră, vă vor aduce atâta bucurie! (...)

Şi mai înainte, în altă încarnare, entitatea locuia în „Oraşul colinelor şi câmpiilor” (Susa, capitala Persiei antice. V. capitolul care-i este consacrat în vol. I, „Persia înainte de *O mie şi una de nopţi*”, pag. 171), ***umbla cu caravana dintr- un loc în altul, cu grupuri de nomazi care ofereau spectacole. Apoi, în contact cu activităţile care au apărut treptat în cetate, entitatea a dezvoltat***

în viaţa aceea aptitudini de infirmieră, ca îngrijitoare a infirmilor, bătrânilor, bolnavilor. Căci învăţase multe lucruri în Egipt, ca şi în câmpiile din Saad, în India, de unde era originară. Aceasta explică actualul dar al entităţii, de a-i alina cu un zâmbet, un cuvânt, un gest, pe cei care suferă sau sunt disperaţi. Datorită originii indiene, entitatea este acum interesată mereu de lucrurile despre care am vorbit. Dar păstraţi-vă credinţa, aşa cum v-am spus.

Numele ei era, în încarnarea aceea, Saaide. Înainte de asta, entitatea a trăit în ţara cunoscută acum ca Egipt. Ea lucra în Templul Frumuseţii, ca muziciană şi dansatoare. Ea trebuia să traducă în mişcări diferitele activităţi ale spiritului şi diferitele emoţii - de la instinctele primare până la sentimentele cele mai rafinate. Rolul său era să le interpreteze astfel încât să le transmită spectatorilor prin muzică, ritmuri, armonie: ea trebuia să facă publicul să simtă speranţa, dorinţa, neliniştea şi toate gamele de emoţii legate de mental, pentru a-i ajuta pe spectatori să-şi edifice personalitatea fizică, mentală şi spirituală.

Toate acestea se exprimau prin entitate, iată de ce la ora actuală, ea va fi bucuroasă să danseze, şi să danseze împreună cu alte persoane. Dar să nu vă lăsaţi abătută de eventuale decepţii ocazionate de dans: unora nu le place dansul decât pentru măruntele lor emoţii egoiste, nu pentru muzică, nici pentru frumuseţea dansului în sine. Numele

dumneavoastră, în epoca aceea, era El-Tekan". (Lectura 3418-1)

Această tânără consultantă era de profesie dactilografă, nu dansatoare. Cayce n-o împinge pe această cale, ci doar o sfătuieşte să meargă la bal (unde va putea găsi un soţ, pentru că el îi vede o viaţă de soţie, de mamă... şi de infirmieră!).

Lectura, extrem de interesantă din mai multe considerente, ar putea confirma teza etnologică, dezvoltată de unii istorici care cred că „pribegii" vin din India. Oricum i-am numi, zlătari, ţigani, rromi, punctele lor comune, etnice şi lingvistice, par să-l lege de spaţiul indian. În povestea pe care Cayce i-a spus-o consultantei sale, apare o ţigancă indiancă într-un ***„grup de nomazi care dădeau spectacole",*** umblând din ţară în ţară. În cele din urmă, ajung la Susa; aici, se pare că fata rămâne, renunţând la pribegie, şi devine infirmieră, atinsă de bagheta magică a vocaţiei (dar şi prin graţia convertirii ei la şcoala spirituală a lui Zoroastru).

Unele teze istorice susţin că ţiganii au venit din Egipt, aşa cum ne aminteşte numele lor englezesc, *gipsies.* Cayce îşi poartă eroina în Egipt, unde ***„învăţase multe lucruri".*** Mai târziu, ajunge la Susa, un oraş foarte mare, la marginea deşertului, unde conflictele dintre nomazi şi populaţia stabilă sunt frecvente. Aşa cum am relatat deja în volumele precedente, Cayce aminteşte aceste conflicte atunci când descrie un extraordinar amestec de populaţii şi idei, într-o epocă pe care o situează pe la 8.000 î.Hr.

Ţiganii au avut marele merit de a-şi fi păstrat până astăzi muzica şi dansurile tradiţionale. Dar cu ce preţ! Ei au dreptate: n-ar trebui să trăim fără dans niciodată. Cum spune faimoasa Argentina:

„Sunt servitoarea unei arte mute, care-şi caută toate mijloacele de expresie în mişcarea paşilor, în desfăşurarea gesturilor, în jocul mimicii. Vocabularul meu cel mai sigur este cel care trece prin glezne, prin braţe, mâini, liniile corpului, trăsăturile feţei. Am plăcerea şi obişnuinţa de a mă face înţeleasă în tăcere sau, cel puţin, nu adaug decât tăcerea mea la glasul muzicii (...)". (Suzanne de Soye, ***Toi qui dansais, Argentina...***, Ed. La Bruyère, 1993. O biografie destul de succintă, pasionantă din toate punctele de vedere)

Şi adaugă, în cunoştinţă de cauză:

„Profesia m-a învăţat să separ, ceva mai mult decât ceilalţi, expresia corpului de cea a cuvintelor. Încerc să vă arăt aici că limbajul liniilor are o existenţă la fel de reală ca şi celălalt şi că fără a înceta să fie simplă şi naturală, orice femeie ar trebui să-l studieze ca să ştie apoi să-l folosească, singur sau împreună cu cel al buzelor, şi să compună astfel un personaj animat de o dublă şi adevărată putere demonstrativă: cea a cuvântului şi cea a mişcării".

Ea nu era ţigancă, ci doar spaniolă din sudul Spaniei (unde toţi au dansul în sânge, nu numai ţiganii!). Argentina şi-a luat acest pseudonim întrucât se născuse în timpul unui turneu prin Argentina, unde părinţii săi evoluau în spectacole de balet, întorşi în Spania, părinţii au înscris-o la Conservatorul din Madrid, unde a învăţat muzica, dansul şi cântul.

Argentina nu era o biată ţigancă analfabetă; dimpotrivă: mama sa era o femeie cultivată, care aparţinea aristocraţiei din Cordoba. Eleganţa sa, semeţia aristocratică se îmbinau cu o graţie tipic iberică, iar acest amestec de cultură şi instinct i-a permis să se exprime nu numai prin limbajul gesturilor, ci şi prin cuvânt:

„Mă hotărâsem să mă dedic în întregime dansului spaniol, sub toate aspectele sale. Părinţii mei cunoşteau doar dansul spaniol clasic, tradiţia numită *escuela bolera,* ai cărei păstrători erau. Nu cunoşteau flamenco şi folclorul. Am citit tot ce-am găsit despre acestea; răscoleam librăriile care-mi ieşeau în cale, descopeream uneori gravuri, lucruri interesante. Pentru a cunoaşte mai bine flamenco, am acceptat un contract de scurtă durată la un renumit cabaret din Sevilla, unde evoluau nume mari: Macarrona, Malena etc”.

Astfel ea reînvie tradiţia spaniolă, care datorează mult tradiţiei ţigăneşti, adică Indiei, Egiptului, Persiei din vechime. Parisul a întâmpinat-o cu entuziasm şi aici a locuit până aproape de moarte (survenită la Bayonne, în 1936, la numai 45 de ani).

Uluitoarea Argentina a fost un fel de meteor: frumoasă, plină de talent şi. pe deasupra, o inimă extrem de bună, se poate vedea după fotografii că era un suflet foarte vechi. Faţa prelungă, saturniană, trăsăturile fine trădează multe încarnări de artistă. Continui să o citez pentru că mi se pare cea mai în măsură să exprime sufletul dansului:

„Există aşadar o gramatică a mişcării. Cred că o femeie are datoria de a cunoaşte nu numai regulile limbii pe care o vorbeşte, ci şi legile mişcării. Există un mod potrivit de a te mişca, aşa cum există unul pentru a te exprima. Şi eu spun că există greşeli de atitudine, alură, gest, mimică, aşa cum există greşelile de limbă. (..) Toate femeile ar trebui să înveţe să danseze. Cele mai frumoase calităţi izvorăsc spontan dintr-un corp care dansează. Mintea se limpezeşte, micile meschinării dispar şi fac loc unui avânt al întregii fiinţe spre frumuseţea ideală”.

Este ceea ce spune şi Cayce, dar Argentina a fost femeie, o femeie modernă, şi o spune mai clar:

„Dacă admiteţi că graţia contează pentru o femeie şi că este unul din apanajele sale, este evident că dansul este cea mai bună şcoala a graţiei. Spun „dacă” întrucât obiceiurile sportive şi vestimentare de astăzi au tendinţa să împingă graţia în planul al doilea. De aici, ariditatea gestului şi cruzimea liniilor.

Departe de mine gândul de a vorbi de râu sportul. El aduce forţa, sănătatea, francheţea - dar o francheţe puţin cam brută. Pericolul său este că duce la excese, care pot fi corectate tocmai prin dans (...). Sportul creează obiceiuri care, în ochii mei, nu sunt prea bune de împrumutat, vreau să spun în afara domeniului său. Nu aduceţi racheta de tenis într-un salon, nu? (...) Nu vă îmbrăcaţi, la bal, ca la golf. Lăsaţi aşadar la club acest mers de preerie, care e foarte nimerit pe terenul de golf. Şi, ca să reuşiţi, dacă v-aţi molipsit, dansaţi!”

Atât de fascinant este acest chip sensibil al femeii şi artistei care a fost Argentina, încât ar trebui să cităm integral cartea lui Suzanne de Soye. Să vă mai spun că pronunţa acest discurs direct într-o franceză perfectă şi plină de graţie?... Ca sufletele foarte vechi, era dotată pentru orice! lată, în încheiere, filosofia sa care concordă cu cea caysiană:

„Există fiinţe care, ca mine, consideră dansul nu numai un mijloc, ci şi un scop; este viaţa artiştilor care şi-au pus fericirea şi ambiţia în desăvârşirea continuă a operelor coregrafice. Dansul, pentru ei, devine atunci ceva care ţine loc de orice sau aproape orice. El reprezintă arta supremă, aceea care este deopotrivă muzică, poezie, desen, sculptură, arhitectură. Este ca întâlnirea tuturor acestor arte într-un trup.

A traduce prin dans viaţa omenească înseamnă a căuta să stabileşti o armonie în care sufletul, principiul superior al fiinţei se exprimă prin mişcările corpului (...). Dansul? E Viaţa însăşi pentru mine! în rest, pentru că dansul exprimă Viaţa, Viaţa care este divină, un dans sincer este întotdeauna un mod de dans sacru”.

Aşa îl înţelegeau spectatorii Argentinei, care o potopeau cu flori, ca pe o zeiţă!

2. BIBLIA DANSATĂ

Cayce, mare cititor ai Bibliei, pe care o ştia pe dinafară, ţinea catehismul de duminică dimineaţa. În cursul acestei „Sunday class” (=lecţie de duminică), nu se vorbea DECÂT despre Vechiul Testament, comparat cu cel Nou. Cam ca la cursurile de „Istorie Sfântă” ţinute la şcolile creştine din Europa de altădată, însă acestea se inspirau dintr-o gamă mai diversă de surse spirituale, ceea ce explică faptul că noi nu cunoşteam Biblia atât de bine ca americanii din „Bible Belt”. Ei sunt specialişti... Cum a spus-o însuşi Cayce de multe ori, în familia lui, nu se ştia altceva.

Edgar a adus, în plus, toate informaţiile istorice şi karmice oferite de propriile sale lecturi stenografiate de secretară. Ele erau comentate, analizate, îndelung studiate de el însuşi, cu toată familia, uneori cu ajutorul unor prieteni teologi (protestanţi şi evrei).

Personajele biblice ocupă aşadar un loc esenţial în gândirea cayciană; practic, la ele se raportează ...totul! Este un lucru foarte uimitor pentru mine, ca europeancă. Deşi familia tatălui meu este protestantă (Biblia se citea mult în această familie), iar eu am

primit o educaţie biblică, am descoperit, datorită lui Cayce, o sumedenie de personaje şi evenimente care nu mi-au atras atenţia până la el. Cititorii mei riscă să fie şi mai surprinşi decât am fost eu de avalanşa referinţelor biblice care împănează textele lecturilor lui Cayce, paragraf după paragraf, Iată de ce, de data aceasta, zăbovesc puţin asupra acestui subiect.

Superstarul David

Fiecăruia după rangul lui... Să abordăm aşadar una din figurile-vedetă ale Bibliei, despre care Cayce a vorbit mult în lecturi (legat de consultanţii care avuseseră o încarnare pe vremea lui David). Un exemplu:

„Distraţi-vă aşa cum munciţi, adică temeinic! Când trebuie să vă relaxaţi, relaxaţi-vă bine, la fel de bine ca atunci când faceţi contrarul, adică vă concentraţi asupra unui lucru (...). Fiţi în stare să apreciaţi frumuseţile Naturii (...), influenţa sa în artă, pictură. (...) Prin urmare, faceţi ca David profetul, David slujitorul lui Dumnezeu, când spunea: „Slava lui Dumnezeu se manifestă pretutindeni! Chiar cerurile ne arată slava Sa, iar firmamentul dezvăluie lucrarea Sa!”. David a fost o persoană care aprecia frumuseţile Naturii, tot ce fusese creat de mâna lui Dumnezeu, tot ce ***arăta puterea Lui şi tot ce slujea slavei Sale, în cânt sau în dans (...).***

Păstraţi-vă trupul în stare bună, iar spiritul conectat la Frumuseţe”. (Lectura 257-53)

Tradiţia biblică povesteşte că păstorul David era blând cu oile sale. Poate că semnul său astrologie era

Taurul, ai cărui nativi iubesc Natura, arta, frumuseţea (şi sunt foarte seducători)?

Deci, David, aşa rege cum era, găsea firesc să danseze - cum spune Biblia:

„Chivotul Domnului a fost pus într-un car nou (...) iar David şi toţi fiii lui Israel au dănţuit cât puteau înaintea Domnului, cântând în sunetul ţiterelor, harfelor, tobelor, sistrelor şi cimbalelor. (...) Când cei ce duceau chivotul făceau şase paşi, David sacrifica un bou şi un berbec gras, El dănţuia învârtindu-se cât putea înaintea chivotului, încins peste coapse cu un efod de in.

Iar (...) Micol, soţia lui David, uitându-se pe fereastră, îl văzu pe regele David sărind şi jucând înaintea Domnului şi l-a dispreţuit în inima sa. (...) Ea a ieşit întru întâmpinarea lui şi i-a zis: „Câtă cinste şi-a făcut azi regele lui Israel, descoperindu-se în faţa ochilor roabelor şi robilor săi, cum se descoperă un om de nimic”. „înaintea Domnului dănţuiesc! Binecuvântat este Domnul, Cel ce m-a ales pe mine în locul tatălui tău şi al casei lui întregi, întărindu-mă cârmuitor al poporului Domnului, Israel. Cânta-voi şi voi juca înaintea Domnului şi încă şi mai mult mă voi înjosi. Voi fi încă şi mai mic în ochii tăi, iar înaintea slujnicelor de care grăieşti tu, voi fi în cinste.

Iar Micol, fiica lui Saul, n-a avut copii până în ziua morţii ei”. (***Vechiul Testament**,* Cartea a doua a Regilor, cap. 6)

Acest lucru era, pentru o evreică din vremea aceea, suprema ruşine!

Micol era o snoabă şi-l dispreţuia pe păstorul cu care se căsătorise; manierele lui „populare” o şocau. Totuşi, era alegerea pe care singură o făcuse: Biblia ne spune că ea se îndrăgostise de David şi-l ceruse în

căsătorie! Am găsit acest pasaj foarte caracteristic pentru contrastul dintre tradiţia populară a dansului sacru, reprezentată de David, şi puritanismul aristocraţiei evreieşti reprezentate de Micol. În această scenă, David dansează în toată inocenţa, iar poporul, care îl urmează, îl înţelege cum trebuie. Numai Micol consideră că „nu se cuvine”. Pe deasupra, arde de gelozie când vede cum se uită roabele la soţul ei, chipeşul roşcovan care a rămas etalonul fumuseţii masculine pentru toţi roşcaţii iudeo-creştini, de douăzeci şi cinci de secole încoace...

Alt episod biblic, mai vechi, este amintit în lectura următoare, unde Cayce nu mai evocă un dans de inspiraţie complet religioasă, ci forma sa degenerată.

Bacanalele sfârşesc întotdeauna rău

„Era numit astfel un dans tumultos şi lasciv, un dezmăţ înfocat” spune dicţionarul meu Petit Robert, care mai adaugă faptul că termenul este „Învechit”!

Desigur! Pentru că lumea nu mai dansează, s-a pierdut şi prilejul de „a dansa lasciv”. Ca să mai poţi vedea un asemenea dans, trebuie să plăteşti intrarea la localuri de noapte specializate, unde nişte animatoare profesioniste îi pot inspira pe particularii lipsiţi de tehnică şi imaginaţie. Mai sunt spectacolele de cabaret, unde evoluează dansatori de meserie - mulţi dintre ei atingând perfecţiunea acestei arte (de exemplu, la Lido). Când se raportează la frumuseţea adevărată, această perfecţiune a gesturilor corpului, a costumelor, a muzicii se află, evident, cu mii de coţi deasupra casetelor, filmelor şi spectacolelor de joasă speţă, ale pornografiei industriale!

Cuvântul „bacanală” caracterizează, în limba noastră, o rudă deocheată a dansului religios. Cuvântul vine din latinescul *Bacchanalia,* sărbătorile ţinute în Roma antică, după modelul Dyonisiilor greceşti (Dyonisos era numele grecesc al aceluiaşi zeu). Aceste sărbători aveau loc noaptea, în sunetul tobelor şi cimbalelor. La început participau numai femeile, adică bacantele, preotesele lui Bacchus. Iniţial a fost vorba de o veritabilă liturghie religioasă. „Bacantele” umblau pe străzi, cu torţe aprinse, cu coroană de iederă peste părul despletit, cu ciorchini prinşi de veşminte, ţinând în mână „tirsul” (Baston înfăşurat cu frunze de iederă sau viţă de vie, care avea în capăt un con de brad, atribut al lui Bacchus. Se vede originea nordică şi celtică a acestor tradiţii (iedera şi bradul nu coboară mai jos de Mediterana)), care-l evoca pe Bacchus, şi strigau „Evohe!”: Apoi, către 198 î.Hr., etruscii şi campanezii (strămoşii napolitanilor) au introdus şi bărbaţii. Beţia, orgia, provocarea deveniseră regulă. Astfel că în 187 î.Hr., Senatul roman aboleşte bacanalele, devenite un adevărat scandal public.

„Bacanala” evocă spectacolul unei mulţimi aflate în sărbătoare, care treptat, sub influenţa alcoolului, trece spre nebunia colectivă şi aproape întotdeauna, violenţa sexuală - fenomen sociologic care a existat în toate civilizaţiile antice. Dansatorii, sub efectul muzicii care loveşte chakrele (adică glandele endocrine majore) şi sub efectul vinului sau al diverselor droguri, intră în transă. Când se produce astfel disocierea celor trei corpuri (fizic, mental, spiritual), fiinţa umană se apără mai greu de invadatorii invizibili. În transă, dansatorii sunt „invadaţi” de entităţi descarnate, distructive sau satanice, care-i manipulează total. Dacă noi am uitat fenomenul, în schimb civilizaţiile antice îl

cunoşteau foarte bine. Transa colectivă (practicată până la” o dată recentă în Africa) a fost folosită în scop terapeutic - şi era foarte eficientă. Dar trebuia un conducător de joc, conştient şi foarte stabil din punct de vedere moral (marele vraci al satului, preotesele, şamanii etc.), pentru a canaliza aceste energii puternice şi a împiedica deviaţiile. Lectura de mai jos evocă o bacanală din timpul Exodului, „Lungul Marş” al evreilor în Sinai. Făcută pentru consultanta 3621, o puştoaică de 8 ani (a cărei familie nici nu bănuia ce imagini cu palmieri se ascund sub genele de mătase!), această lectură povesteşte vieţile anterioare ale copilului:

„Într-o încarnare precedentă, ea trăia în Ţara Sfântă, fiind între cei care călătoreau din Egipt în Ţara Sfântă. Entitatea se născuse în deşert; şi, în copilărie, a trăit în vremea răzmeriţelor de pe Muntele Sinai. [ceea ce datează lectura la timpul lui Moise şi al Exodului]. ***Aceste amintiri au marcat profund entitatea, căci bărbaţii şi femeile de atunci au uitat lecţia dată de Domnul, când a vorbit pe vârful Muntelui*** [Sinai]. ***Legile divine au fost uitate foarte repede şi lumea s-a dedat la orgii care se încheiau cu bacanale şi provocau violenţe - apoi moartea multora dintre ei, în chinuri, necaz şi disperare.***

Astfel ai venit pe lume aici [din acea traversare a deşertului cu evreii] ***şi vei avea de suportat consecinţele în cariera de dansatoare; vei trece prin încercări fizice şi mentale, în cursul deprinderii acestei meserii. Dar, ca balerină, vei putea să progresezi în cel mai moral mod şi să-ţi desfăşori talentele în cel mai amplu mod.***

Numele tău în viaţa aceea era Smethele.

Cu o viaţă mai înainte, trăiai în Egipt, într-o perioadă de imigrare: se iveau mulţi străini, atraşi acolo de primirea unei învăţături spirituale. Erai, pe atunci, o prinţesă venită din ţinutul Saad, ca să studiezi în Templul Frumuseţii. Ai lucrat acolo pentru a dobândi o pregătire practică. Apoi, ai dus aceste cunoştinţe în ţara ta, împreună cu idealurile religioase învăţate în acest Templu egiptean. Te-ai ocupat mai ales de tot ce avea legătură cu dansul, întrucât acesta făcea parte din învăţăturile împărtăşite de profesorii din Templul Frumuseţii.

Numele tău, în viaţa aceea? Teck-Kelum. Erai frumoasă la trup, dar aveai şi un suflet frumos şi idealuri frumoase. Astăzi, vei putea să progresezi mult aplicând aceste învăţături străvechi şi continuând activităţile de atunci”. (Lectura 3621-1)

Iată, deci, o „**entitate”** care câştigase totul într-o magnifică viaţă indiană. Studiile sale în Egipt îi orientaseră viaţa într-o direcţie complet pozitivă. Nu prea se explică degringolada morală ulterioară, din încarnarea evreiască. Sau poate că da: influenţa contextului a fost hotărâtoare. Un copil singur, chiar cu „o fire bună” - adică având din vieţile anterioare noţiunea clară de bine - rareori poate lupta împotriva unei atmosfere perverse. De aici, marea răspundere care ne revine faţă de tineri!

Iată o secvenţă a acestei atmosfere de răzvrătire, văzută prin prisma Bibliei:

„Văzând însă poporul că Moise întârzie a se pogorî din munte, s-a adunat la Aaron şi i-a zis: „Scoală şi ne fă un dumnezeu care să meargă înaintea noastră, căci cu omul acesta, cu Moise, care ne-a scos din ţara

Egiptului, nu ştim ce s-a întâmplat.” Aaron le-a răspuns: „Scoateţi cerceii de aur din urechile femeilor voastre, ale feciorilor voştri şi ale fetelor voastre şi-i aduceţi la mine” (...) Aaron a topit aurul într-un tipar şi a turnat un viţel. Iar ei au strigat: „Iată, Israele. Dumnezeul tău!” (...) A doua zi s-au sculat ei de dimineaţă şi au adus arderi de tot şi jertfe de pace. Apoi a şezut poporul de a mâncat şi a băut şi pe urmă s-a sculat să petreacă. Şi când Moise, coborând din Sinai, se apropia de tabără, a văzut viţelul şi jocurile”. (*Vechiul Testament,* Exodul, 32)

Atunci şi-a dat seama că nu mai putea stăpâni mulţimea dezlănţuită, căreia Aaron îi îngăduise idolatria. Bacanala a degenerat în lupte fratricide, în urma cărora au pierit vreo trei mii de oameni. Fiii lui Levi s-au adunat lângă Moise, iar el le-a poruncit să ucidă toţi răzvrătiţii, secerând tot ce era de prisos! în continuare, aflăm că Yahve a pedepsit poporul pentru că şi-a făcut idol de aur, iar pedeapsa se va repeta la fiecare răzvrătire a israeliţilor! Cayce vorbeşte în lectura sa de ***„moartea multora dintre ei în chinuri, necaz şi disperare”.*** Războiul civil nu e niciodată ceva plăcut! Pe lângă fanatism, apar răzbunările personale sau în numele dreptăţii, iar partizanii se dedau la cele mai cumplite atrocităţi. De altfel, se repetă mereu acelaşi scenariu: este suficient să privim fosta Iugoslavie.

Iată de ce - având nevoie de răscumpărare - această fetiţă se va reîncarna în ţara pe care n-a putut-o cunoaşte în timpul Exodului. Ne amintim că toţi rebelii au murit înainte de a intra în Ţara Sfântă, ca pedeapsă pentru purtarea lor. Moise însuşi n-a avut dreptul să zărească această ţară decât o singură dată, de la mare depărtare, înainte de a muri!

Iată de ce Cayce. care nu lasă nimic la întâmplare, repetă expresia ***„Ţară Sfântă”*** („Holy Land”), la începutul lecturii 3621-1. La urma urmei, de ce foloseşte el această denumire: ***„Pământ Sfânt”?*** înseamnă, oare, că acest ţinut a fost mereu foarte special? Ozeneuri, „caruri cereşti”, îngeri, iniţiaţi şi maeştri... se pare că această regiune a atras întotdeauna manifestările extraterestre. De altfel, tradiţia afirmă că Adam ar fi fost îngropat pe Muntele Calvarului (de aici şi numele de Golgota, „locul căpățânii”). Crucea lui Christos ar fi fost înfiptă deasupra craniului lui Adam. Această colină a fost şi regatul lui Melchisedech, personaj misterios care „nu s-a născut, nici n-a murit”:

„Regele-preot al Salemului, care a venit pe lume materializându-se din el însuşi şi s-a dematerializat prin acelaşi proces, care a venit în perfecţiune, ca Enoch, care a binecuvântat pe Avraam (și care în realitate era) Christos, mesagerul, care a venit în toate timpurile, sub numele de Iisus, o dată (...), sub numele de Melchisedech, altă dată”. (Lectura 991-1)

În fine, ce ţară extraordinară, plină de magie şi mistere, această ***„Ţară a Făgăduinţei”,*** la care o visau toţi evreii! Ca să vadă, în sfârşit, „ţara unde curge lapte şi miere” (cum o numeşte Biblia!), micuţa Smethele a trebuit să treacă prin moarte şi renaştere.

„Entitatea s-a reîncarnat în tara în care învăţătorul [Iisus] ***a mers pe Pământ şi a fost sacrificat ca Miel divin. Totuşi, entitatea a găsit acolo speranţa, în pofida fricii. Ea a urmat mulţimea înflăcărată de făgăduinţele învăţătorului în ziua de Rusalii și care-și exprima bucuria dansând (...). Ea a dansat astfel***

împreună cu ceilalţi, ca să-şi manifeste fericirea pentru faptul că învăţătorul a răspuns trimiţând Duhul Sfânt să călăuzească Omul de acum înainte. Nu uita nicicând această făgăduinţă, păstreaz-o în tine. Ţine minte acest lucru - mai important decât toate -, că Duhul Sfânt este mereu în preajma celor ce-L caută pe Domnul. Entitatea, în epoca aceea, se numea Ruth şi trăia în familia unei surori a lui Petru”. (Lectura 3621-1)

Născându-ne din nou, venind într-o nouă încarnare, găsim în fine lucrul la care am sperat, zadarnic, în viaţa precedentă. Nu e minunat?

Să ne întoarcem la Moise. Ei bine, sarcina lui nu era deloc uşoară. Ca să conducă, prin deşert, un popor întreg, care se ridica la tot pasul împotriva autorităţii sale, a trebuit să devină mai aspru. Pe scurt, ca să-şi poată ţine turma în frâu, a fost obligat să o sperie cu un Dumnezeu-jandarm. Cayce îl întreabă pe unul din consultanţii săi:

„Cine e Dumnezeul tău? Nu este Dumnezeul mânios, înfăţişat de Moise; nici Dumnezeul biruitor asupra duşmanilor tăi, înfăţişat de David. Priveşte-l, mai bine, aşa cum L-a înfăţişat Christos: un tată bun, plin de iubire, milă şi dreptate”. (Lectura 262-100)

Mesajele şcolii spirituale din Borup, de care am mai vorbit (în ***Souvenirs de nos vies antérieures*** şi mai devreme în acest volum), relatează astfel misiunea şi greşelile săvârşite de Moise:

„Viziunile lui Moise şi contactul spiritual pe care l-a avut constituie un pas înainte, o cotitură (în Istoria Omului], Căci Moise a aflat din exterior, prin imagini, cum s-a desfăşurat întregul proces al Creaţiei. De asemenea, el a fost deplin conştient că principiul

uciderii era rău şi a exprimat ştiinţa sa în Cele Zece Porunci. Dar, în acelaşi timp, şi-a dat seama de faptul că oamenii acelei epoci nu erau în stare să urmeze legile sale (...). Numai el a putut să-i facă pe evrei să înţeleagă că nu trebuia să se sacrifice unii pe alţii, nici să-şi sacrifice copiii, nici să crească copii încuibându-le ideea unui sacrificiu voluntar pe altare, pentru zei inexistenţi!

Dar încercând să-i facă pe evrei să renunţe la principiul sacrificiului uman, a sfârşit prin a se împotrivi celorlalţi membri ai tribului său, într-o luptă violentă pentru putere Această luptă pentru putere a avut urmările cele mai nefaste, căci, pentru a face faţă forţei folosite împotriva sa, Moise a fost obligat să facă şi el uz de forţă Moise era strâns legat de cei din tribul său, dar trăia despărţit de ei. După lupte foarte grele şi folosind mijloacele cele mai radicale, Moise a reuşit să-i dezbare pe evrei de sacrificiile umane (...). Însă după moartea sa, ei s-au întors la acest obicei”. (Şcoala din Borup, al 3-lea caiet, scrisoarea nr. 4, din 7 mai 1968)

Iar Christos, care dictează acest mesaj, adaugă:

„Acolo unde Moise a renunţat şi a opus violenţei şi crimei tot violenţă şi crimă. Eu am demonstrat principiul Iubirii, până la limita sa extremă şi logică, şi am cerut iertare pentru cei care urmau principiul violenţei şi al crimei”.

Prin urmare, iată de ce Moise n-a avut dreptul să intre în „***Tara Sfântă”!***

În fine, în încheierea acestei lecturi, după viaţa contemporană cu Christos, Ruth se va reîncarna în timpurile moderne, când va fi muziciană „***conectată la muzica sferelor celeste. Va câştiga mult, moraliceşte, în această încarnare, sub numele de Jane Page...”,*** înainte de a se reîncarna încă o dată,

în 1936, în Statele Unite, în consultanta nr. 3621 a lui Cayce!

La nunta din Cana, s-a dansat

Louise Brissette, personalitate a filmului canadian, m-a rugat să detaliez viaţa lui Iisus în volumul al IV-lea. Sunt fericită să pot răspunde aici, măcar în parte, rugăminţii sale.

Cum am mai spus, în familia lui Cayce, toată cultura se baza pe Biblie. Spre deosebire de ceea ce se petrece în Europa, unde tradiţia religioasă este mult mai diversificată, în aceste cercuri de americani sadea, care nu cunoşteau altceva decât Biblia protestantă, aveau succes lecturile despre Vechiul şi Noul Testament. Familia Cayce şi prietenii au hotărât deci să pună o serie de întrebări pentru a-şi aprofunda cunoştinţele biblice. Adresându-se soţului adormit pe un divan, Gertrude Cayce anunţă:

„Căutăm de data aceasta, prin acest „canal” de informare [Cayce adormit], *să completăm relatarea istorică din Biblie, ca să o interpretăm mai bine”.*

Astfel, seria de lecturi regrupate la numărul 5749 n-a fost făcută la cererea unei persoane oarecare, ci la cererea unui grup (fie Norfolk Study Group, fie Glad Helpers sau Norfolk Healing Group, adică unul din grupurile (Grupuri locale, fondate la iniţiativa lui Cayce. V. şi M. E. Puryear, ***Edgar Cayce, techniques de guérison par la priere***, Ed. du Rocher, 1998) de vindecare prin rugăciune evocate mai sus. În lecturile 5479, i se pun lui Cayce extrem de multe întrebări exacte, aşa cum vom vedea. Cine ce era în Evanghelii (uneori se confundă unele nume ebraice)? Cine ce

făcea? Cum arătau oamenii, casele, peisajele? „Cum era vremea” în ziua Nunţii din Cana? etc...

Or, aceste întrebări nu sunt de azi, de ieri; deja s-au dat şi răspunsuri. Un mare număr de mistici catolici l-au descris pe Christos „în direct” (cum face Cayce)! Anne-Catherine Emmerich, Marie d’Agreda, Catherina de Sienna, ca să cităm doar numele cele mai cunoscute. Există o grămadă de informaţii adunate de secole în profeţiile şi revelaţiile particulare - care continuă şi astăzi (ca mesajele şcolii din Borup, în Danemarca, de care tocmai am vorbit). În Franţa, în Anglia, în Germania, în Italia, în Spania, în Elveţia, în Belgia, în Austria... atâţia mistici L-au „văzut” şi „auzit” pe Christos, au povestit faptele sale extraordinare! (Îl amintim aici pe celebrul preot italian Pellegrino Emetti, care, împreună cu un grup de 12 fizicieni, a inventat un aparat pentru fotografierea evenimentelor din trecut (de pildă... patimile lui Christos). Fiind prea incomodă, invenţia a fost trecută sub tăcere. V. revista italiană „Nonsiamosoli”, care a publicat o parte din aceste extraordinare „arheo-fotografii”) Spusele lui Cayce nu vor fi o noutate pentru cititorii care sunt familiarizaţi cu această tradiţie mistică. Singurul element cu adevărat inedit este integrarea reîncarnării în biografia lui Christos...

La această enormă acumulare de documente „psi”, se adaugă lucrările istorice publicate recent, în special cele despre mediul esenian căruia îi aparţinea Christos. Lucrări excelente pe această temă apar în fiecare an, de aceea ne putem face o imagine precisă a familiei, persoanei şi învăţăturilor lui Christos. Cine le-a citit nu se va mira de lectura care urmează şi care m- a interesat datorită dansului - Nunta din Cana, povestită de profetul din Virginia Beach.

Una din persoanele de la „Norfolk Study Group” - care, în cursul unei vieţi anterioare, a avut o strânsă legătură cu viaţa lui Christos în Palestina - este deosebit de interesată:

„Am citit că prima minune relatată de evanghelişti a fost preschimbarea apei în vin, la Nunta din Cana. Entitatea ar dori să afle detalii: de pildă, cum era vremea? Cum se numeau mirii? Ce se mânca şi se bea acolo? La ce [instrumente] *se cânta? Şi ce se dansa?*

- O mare parte a acestor detalii, în mod sigur, au fost înlăturate”.

Într-adevăr, Cayce estimează că Evangheliile au fost forfecate în stil mare! De aceea, îi dă consultantei o sumedenie de detalii:

„Tânăra mireasă era o rudă a mamei lui Iisus, care a pregătit nunta, aşa cum era obiceiul pe atunci (...). Tradiţia cerea ca masa de nuntă să cuprindă miel fript, cu zarzavat, şi pâini speciale, făcute după legea lui Moise, credinţa lui Moise şi prescripţiile mozaice (...). Obiceiul cerea ca vinul să curgă în valuri. Era în 3 iunie (cum am spune astăzi) şi erau, din belşug, flori şi roade ale câmpului (...). Ziua fusese frumoasă, seara călduţă era luminată de luna plină. Mesenii băuseră mult, ajungând în culmea veseliei. Dansurile? Se adunau să danseze în cerc, după obicei - nu numai în acea ţară de atunci, ci şi în ţara dumneavoastră, astăzi, când aceste tradiţii au revenit în vogă... Şi iată de ce au început să se termine rezervele de vin..”. (Lectura 5746-15)

Am căutat în ***Visions d'Anne Catherine-Emmerich*** / *Viziunile lui Anne-Cathenne Emmerich* ceea ce spunea vizionara despre aceste dansuri pe

care le vedea (în extaz) la Nunta din Cana (Librairie Tequi, Editeur, Paris, 1951, vol. I, p. 329 şi următoarele):

„Nunta a început cu o masă şi cu dansuri Dansul se executa în sunetele muzicii instrumentale interpretate de copii, care, la intervale regulate, cântau în cor. Toţi [nuntaşii] aveau în mână batiste, de care se prindeau bărbaţii şi fetele când se adunau să danseze în şir sau în cerc; dar nu se atingeau niciodată. Mirele şi mireasa dansau mai întâi singuri, apoi toţi dansau împreună. Fetele, cu faţa pe jumătate acoperită, purtau veşminte lungi în spate, iar în faţă, uşor ridicate, cu şnururi. Nu săltau, nici nu săreau ca la dansurile de astăzi; era mai degrabă un mers în diverse direcţii, însoţit de mişcări ale braţelor, capului şi corpului, după ritmul muzicii. Asta mi-a amintit de gesturile pe care le fac, la rugăciune, evreii din secta fariseică; dar totul era graţios şi decent. Nici unul din viitorii apostoli nu a intrat în dans; totuşi, Natanail, Obed, Ionatan şi alţi ucenici au intrat. Apoi au dansat numai fetele; totul se săvârşea într-o ordine admirabilă şi degaja o bucurie calmă”.

Puţin mai departe, Anne-Catherine Emmerich descrie o petrecere dată de Maria-Magdalena înainte de convertirea ei, pe când organiza recepţii fastuoase, la care se înghesuia lumea (...şi semi-lumea!) de atunci:

„Am mai văzut o petrecere la Magdalum (Castelul Mariei-Magdalena, de la care îi vine numele „Maria din Magdalum”. în limba latină, „Maria Magdalena” (traducere din aramaică) o denumeşte pe cea mai mică soră a lui Lazăr, după locul de reşedinţă (Magdalum). Forma provensală „Maguelonne” este mai aproape de original, ca personajul însuşi de provensali:

ne amintim că Maria-Magdalena s-a retras în munţii din Saint-Baume, lângă Aix, unde a trăit 33 de ani în singurătate. Ea a murit în braţele compatriotului său, episcopul Sf. Maximin, care a îngropat-o acolo, în locul care poartă astăzi acest nume. Din acest motiv, ea a devenit una din marile sfinte patroane ale Provenţei. V. vol. II, p. 168.) (...) unde dansau multe persoane, într-o încăpere mare, minunată (...), împodobită cu oglinzi, astfel încât dansatorii să-şi poată vedea toate mişcările (...). Societatea adunată la Magdalena reunea femei şi fete uşoare şi frivole, mondene şi emancipate, ofiţeri, aventurieri şi funcţionari din Magdalum. Dansul lor nu era ca al nostru, săltat şi învârtit, era un fel de menuet. Treceau unii în mijlocul celorlalţi, cu un pas uşor, cu mişcări graţioase ale capului, mâinilor şi întregului corp. Deşi părea acceptabil şi cuminte, acest dans era totuşi voluptos şi putea să exprime toate felurile de pasiuni". (Visions d'Anne-Catherine Emmerich, op. cit., p. 408)

Dansuri pe care e mai bine să le uităm

Dansul poate fi practicat în bine şi în rău... Iată încă o lectură care evocă prostituarea dansatoarelor din antichitate. O altă fată l-a întrebat pe Cayce:

„De ce îmi place să cânt şi să dansez? Ar fi bine să fac studii în această direcţie?

*- **Asta vine din experienţele vieţilor anterioare, din Grecia şi Roma. Însă acestea sunt nişte căi care v-ar duce la eşec. Alegeţi mai bine drumul auster, care se va dovedi tot mai uşor pe măsură ce veţi înainta pe calea ajutorării celorlalţi".*** (Lectura 2632-1)

Continuarea lecturii este mai severă:

„Amigdalele îmi blochează corzile vocale?

- ***Nu vedem aici nici amigdale, nici corzi vocale. Ceea ce ne interesează este viaţa dumneavoastră spirituală...***

- La care notă muzicală vibrez cel mai bine?

- ***În bine sau în rău? în bine, cele care vin din corurile cereşti*** (V. lucrarea mea ***Edgar Cayce, guérir par la musique*** / *Edgar Cayce, vindecarea prin muzică,* Ed. du Rocher, p. 136); ***în rău, cele care vin de la „luminile care strălucesc" „.*** [Cayce subînţelege: nu orice străluceşte este aur...]

„Şi ce-mi recomandaţi în timpul liber?

- ***Pe Christos!"*** (Lectura 2632-1)

Iată pe cineva pus la punct... La şaisprezece ani, fata nu visează decât să strălucească sub luminile rampei: Cayce încearcă să-i scoată gărgăunii din cap. Dansul îi apare ca un vis roz, fără să întrezărească realitatea dură a acestei meserii; ea nu-şi dă seama că dansul este un fel de sacerdoţiu, o muncă zilnică susţinută, pentru care nu este pregătită. Cât priveşte vocea, ea crede că scoaterea amigdalelor i-ar deschide calea spre Operă... pe când aceasta este una dintre cele mai grele cariere cu putinţă! Veţi remarca discreţia lui Cayce când se referă la ***„experienţele vieţilor anterioare, din Grecia şi Roma".*** M-am obişnuit destul de mult cu dragul Edgar, ca să-mi dau seama că atunci când nu spune nimic, nu e nimic bun de spus (ceea ce sugerează continuarea dialogului)!

În antichitate, pe lângă formele de prostituţie cunoscute astăzi, exista prostituţia sacră, un lucru complet necunoscut nouă (fără îndoială pentru că sacrul nu mai are căutare în Occident!) La început, când multe civilizaţii nu concepeau monogamia, ca astăzi, era îngăduită pluralitatea partenerilor. La unele

popoare, unirea femeii cu bărbatul, îmbrăcând un caracter sacru, avea loc în cadrul unei liturghii a fecundităţii, în timpul unor sărbători legate de anotimp sau în permanenţă, în temple. Celţii au sărbătorit astfel „Focurile de Belen”, a căror amintire ne-a rămas în „Focurile de Sfântul Ion”.

Aceste ritualuri sexuale, numite „prostituţie sacră” de către istorici şi etnologi, sunt atestate pretutindeni în civilizaţiile antice şi primitive.

Ceea ce ne şochează şi mai mult este denaturarea care s-a produs din momentul când prostituţia sacră s-a exercitat într-un context de sclavagism sexual, violenţă şi sacrificii umane. Biblia denunţă neîncetat „nelegiuirile” cultului lui Moloch, al Baal-ilor fenicieni şi al altor zei mediteraneeni vechi. De fapt, parcurgând textele, avem impresia că „prostituţia sacră” a dus mereu direct la prostituţie, iar dansatoarele sacre deveneau curtezane.

Confuzia de gen între două dintre cele mai vechi meserii din lume nu datează de acum:

„Fiica Marelui Preot adjunct se dedicase slujirii în Templu, ca dansatoare. Or ea dansa înaintea Regelui, în timpul slujbei şi astfel a obţinut favorurile regale”. (Lectura 341-9)

Pasul de la sacru la profan a fost făcut cât ai clipi... Ispita era prea mare! Această dansatoare, numită Isris, era ***„mai frumoasă decât toate celelalte. Între fiicele preoţilor, era una din favoritele Regelui, ei revenindu-i desfătarea lui şi a Sfatului său”.*** (Lectura 2294-148)

Vedem că Isris depăşise cadrul profesional, „dansul sacru cu obiectiv terapeutic”! Templul cu pricina este Templul Frumuseţii, de care am amintit deja. În lectură apare cuvântul *„entertaining”*, altfel

spus, arta sau meseria de a distra VIP- urile... E vorba de o „dansatoare” în sensul „Belle Epoque” al termenului (când bătrânii domni bogaţi cheltuiau averea familiei pentru ochii frumoşi ai unei „leoaice” de pe Bulevard!)

În lectura de mai sus, Cayce povesteşte un episod al istoriei egiptene de acum 12.000 de ani. Cazul de prostituţie este cu atât mai clar cu cât biata balerină o face sub constrângere, fără voia ei. I s-a dat sarcina de a-l seduce pe Marele Preot Ra-Ta.

„Nu din voia ei, ci împinsă de membrii Sfatului Regal. Aceştia îi persecutau tribul, pe care ea îl ocrotea prin activităţile sale [datorită sprijinului regal]”. (Lectura 2294- 148)

Ne amintim că Ra-Ta a căzut cu ochii închişi în capcană şi a devenit iubitul preafrumoasei Isris, în condiţiile în care el însuşi instituise regula monogamiei cât fusese conducătorul ţării. În virtutea acestui pas greşit (dacă pot folosi cuvântul „virtute”!...), a fost izgonit din Egipt împreună cu concubina.

„[Faraonul] ***deşi întristat, şi-a ascultat în cele din urmă sfetnicul, cel care a reuşit să obţină exilul*** [cuplului scandalos, Ra-Ta şi Isris]”. (Lectura 294-149)

Observaţi că termenul englezesc „dancer”, folosit aici de Cayce, înseamnă chiar dansatorul/dansatoarea profesionist/ă. Dar când se foloseşte termenul „danseuse” (în franceză în text), se depăşeşte cadrul strict profesional, adăugând-se alte argumente comerciale...

„De-ar mai zâmbi o dată Ioan Botezătorul”

„De-armai zâmbi o dată Ioan Botezătorul, / Mărite, mai abitir ca serafimii aş dănţui (***Alcools***, Apollinaire, pag. 62, NRF Gallimard.)”, spune Salomeea când îşi dă seama că Ioan Botezătorul chiar a fost decapitat... la cererea ei! Sau, mai exact, la cererea mamei sale, Irodiada - cum ne povesteşte ***Evanghelia după Matei:***

„Căci Irod, prinzând pe Ioan, l-a legat şi l-a pus în temniţă, pentru Irodiada, femeia lui Filip, fratele său. Căci Ioan îi zicea lui: Nu ţi se cuvine s-o ai de soţie. Şi voind sã-l ucidă, s-a temut de mulţime, că-l socotea pe el ca prooroc. Iar prăznuind Irod ziua lui de naştere, fiica Irodiadei a jucat în mijloc şi i-a plăcut lui Irod. De aceea, cu jurământ i-a făgăduit să-i dea orice va cere. Iar ea, îndemnată fiind de mama sa, a zis. „Dă-mi, aici pe tipsie, capul lui Ioan Botezătorul.” Şi regele s-a întristat, dar pentru jurământ şi pentru cei care şedeau cu el la masă, a poruncit să i se dea. Şi a trimis şi a tăiat capul lui Ioan, în temniţă. Şi capul lui a fost adus pe tipsie şi a fost dat fetei, iar ea l-a dus mamei sale”. ***(Evanghelia după Matei,*** 14, 3-11)

Aceasta este versiunea Bibliei... care nu spune nicăieri, de altfel, că gravisimul Ioan Botezătorul ar fi zâmbit, chiar şi frumoasei Salomeea! Căci proorocului nu-i plăceau femeile, se temea de ele! Iată ce spune Cayce în „cursul” său biblic:

„Cum am văzut în lecţiile precedente, se întâmplă ca purificarea „eului” să impună înfruntarea morţii. Cu alte cuvinte, pentru Ioan Botezătorul, era obligatoriu să moară în acest

mod, ca să câştige trezirea spirituală de care avea nevoie (...). Ioan aştepta ca Iisus, despre care spusese că este Mântuitorul, să-l salveze de la moartea fizică. Dar prin această moarte a putut Ioan să facă faţă reparaţiei karmice a propriilor sale greşeli. Asta a fost, pentru Ioan Botezătorul, crucea lui".

Şi care au fost greşelile înaintemergătorului? După Cayce, într-o viaţă anterioară, fusese profetul Ilie. În urma conflictului care l-a opus celor patru sute cincizeci de preoţi ai lui Baal, ocrotiţi de regina Izabela, el a reuşit să-l convingă pe regele Ahab, soţul Izabelei, să-i permită organizarea unei întreceri a proorocilor. Jertfelnicele erau pregătite, ca şi bieţii viţei destinaţi jertfei. Şi apoi, proorocii au început să se roage, invocând focul Cerului. Cei patru sute cincizeci de preoţi ai lui Baal n-au avut succes: Baal se făcea că nu-i aude! („Şi au luat ei viţelul care li s-a dat şi l-au pregătit şi au chemat numele lui Baal de dimineaţă până la amiază, zicând: „Baale, auzi-ne!" Dar n-a fost nici glas, nici răspuns. Şi săreau împrejurul jertfelnicului pe care-l făcuseră.

Iar pe la amiază, Ilie a început să râdă de ei şi zicea: „Strigaţi mai tare, căci doar este dumnezeu! Poate stă de vorbă cu cineva sau se îndeletniceşte cu ceva, sau este în călătorie, sau poate doarme; strigaţi tare să se trezească!" (***Vechiul Testament,*** III Regi, cap. 18, 27-28) (N.tr.)) Seara, Ilie a pregătit şi el un jertfelnic şi a pus să fie udat cu apă, ca să facă dovada mai concludentă. Apoi a început să se roage, invocându-l pe Yahve, Dumnezeul lui Israel: la a doua rugăciune, rugul s-a aprins. Regele Ahab, convins de data aceasta că Yahve este mai presus de Baal, s-a dat de partea lui Ilie - care a prins, din zbor, ocazia de a

cere moartea imediată a celor patru sute cincizeci de preoţi ai lui Baal, nici mai mult, nici mai puţin! Apoi, Ahab a alergat la palat să-i povestească Izabelei toată întâmplarea. Regina s-a înfuriat cumplit pe Ilie şi s-a jurat că o să-l ucidă de cum îl va prinde... Căci între timp proorocul dispăruse: „Când a auzit Ilie aceasta, s-a sculat şi a plecat, să-şi scape viaţa sa (...)”.

De ce se temea? De moarte, desigur (pentru asta nu trebuie să fii prooroc...), dar şi mai tare de regina Izabela. După Cayce.

„Ilie avusese tăria să-i înfrunte pe cei patru sute de preoţi ai lui Baal, dar nu cuteza să înfrunte mânia Izabelei. Primise poruncă să-i ucidă pe proorocii lui Baal? Biblia nu spune, însă el a făcut-o. Fără îndoială, a fost mânat de un resentiment personal. Asta a avut de purificat ca Ioan Botezătorul. (...) Regina Izabela a jurat să-l execute pe loc şi chiar avea de gând să o facă. Însă, uneori, e nevoie de mai multe sute de ani pentru a împlini ceea ce hotărâm să facem pe loc! Izabela promisese să-i ia capul lui Ilie. Iată de ce l-a obţinut, cu mult mai târziu”.

Reîncarnându-se în Irodiada (regină a aceleiaşi ţări!), eul său subconştient l-a recunoscut în Ioan Botezătorul pe acel Ilie căruia îi purta sâmbetele de atâtea secole, Ilie care o sfidase pe când era regina Izabela, cu şapte sau opt sute de ani înainte!

Şi de ce intervine dansul în această poveste a lui Ioan Botezătorul? Probabil că jucase un rol pe vremea regelui Ahab, în liturghia cultelor lui Baal, pe care le sprijinea regina Izabela. Aceasta, „fiica lui Itobaal, regele sidonienilor, a adus religia sa în regatul lui Israel” care atât aştepta: cultele fecundităţii ale tirenienilor şi sidonienilor le păreau israeliţilor mult mai

plăcute decât severa lege mozaică! Amintind pasajele biblice şi evanghelice (2) unde Ioan Botezătorul este anunţat ca reîncarnare a lui Ilie, Cayce adaugă:

„Ioan nu s-a întors, oare, ca glasul ce striga în deşert şi în spiritul lui Ilie? Căci el fusese chiar Ilie”. (Lectura 1158-6)

Toată această poveste explică, întrucâtva, de ce reacţia lui Ioan Botezătorul, în temniţă, n-a fost chiar impecabilă:

„Pentru că nu reuşise să-şi depăşească anumite spaime ascunse, el a început să se îndoiască, pe măsură ce devenea tot mai evident faptul că nimeni nu făcea nimic să-l scoată din temniţă; iată de ce a pus să fie întrebat Iisus: „Tu eşti cel ce trebuie să vină sau trebuie să aşteptăm pe altul?”(...) învăţătorul n-a spus nici da, nici nu, ci doar fraza următoare: „Du-te să-i spui lui Ioan că bolnavii sunt vindecaţi, cei sărmani sunt mângâiaţi de Buna Vestire, şchiopii merg, iar orbii văd”. (Lectura 3976-27)

N-am avut niciodată o simpatie deosebită pentru înaintemergător, însă mă simt mişcată de tristeţea acestui om părăsit, cuprins de frică în fundul temniţei: se îndoieşte, chiar” dacă nu s-a înşelat ca prooroc! Răspunsul lui Christos nu-i va lăsa, probabil, nici un dubiu asupra deznodământului: Iisus se face că n-a înţeles, vorbeşte de şchiopi, de orbi, nu de eliberarea proorocilor prizonieri... Cu toate acestea, Ioan Botezătorul va reapărea sub chipul lui Ilie în timpul Schimbării la Faţă, pe muntele Thabor, înaintea lui Petru, Iacov şi Ioan, care erau cu Iisus: „Şi iată, Moise şi Ilie s-au arătat lor, vorbind cu El”, Cel transfigurat de Lumină! Apostolii nu par a fi făcut, de data aceasta, apropierea între Ilie şi Ioan Botezătorul!

O tradiţie veche spunea că Salomeea, fiica Irodiadei, sedusă de învăţătura lui Ioan Botezătorul, se îndrăgostise de el.

Din această tradiţie se inspiră Guillaume Apollinaire, în poemul din care am citat mai sus şi pe care l-a intitulat ***„Salomé”.*** Irodiada, mama sa, îi spune:

„O, chipeş nebun al regelui, nu lăcrima,
la căpățâna drept toiag şi joacă!
- Lasă-l, mamă! Fruntea-i e rece deja!”

Deşi nici o reîncarnare a Salomeei n-a venit să-l consulte pe Cayce, putem presupune că tânăra dansatoare fusese amestecată în povestea celor patru sute cinci zeci de preoţi ai lui Baal şi în prostituţia sacră pe care aceştia o întreţineau în templele lor. Totuşi, găsim fata menţionată de mai multe ori în dosarele lui Cayce, în lecturi făcute pentru persoane care-i fuseseră tovarăşe la curtea lui Irod:

„Entitatea era printre tinerele care dansau la curtea regelui Irod - era chiar singura care a reuşit să danseze mai bine decât Salomeea!” (Lectura 3577-1)

Şi Cayce îi povesteşte consultantei sale, care se numise „Rhadahr”, cum învăţase dansul (şi altceva...), dar într- o zi, ascultând predicile lui Christos, hotărâse să-şi schimbe viaţa chiar de a doua zi.

Unei alte femei, de 29 de ani, Cayce îi povesteşte:

„[că era] ***între locuitorii acelei ţări, în slujba curţii lui Irod (...). Se număra între cele care dansau înaintea lui Irod şi a cunoscut-o foarte bine pe Salomeea, ale cărei acitivităţi la Curte le împărtăşea întru totul.(...). Dar această perioadă***

din viaţa sa a însemnat pentru ea, de prea multe ori, doar o meserie de sclavă. În contact cu oamenii puterii, a avut ocazia să observe, până la dezgust, decăderea morală, legată de senzualitatea deşănţată, preocupată doar de satisfacerea poftelor trupeşti. În viaţa aceea, se numea Viola". (Lectura 1626-1)

Bietele fete de la ţară ajungeau dansatoare la Curte şi, odată cu pierderea inocenţei, li se spulberau şi iluziile...

În lectura următoare, Cayce nu foloseşte direct termenul englezesc „dancer", ci din nou „danseuse":

„Entitatea a trăit în Palestina, în vremea când învăţătura lui Ioan Botezătorul stârnea curiozitatea. Ea era, atunci, între femeile care-i erau aduse lui Irod spre desfătare, „dansatoarele" sale. (...) Ea se numea, atunci, Beatrice.

[în viaţa actuală] ***multe talente provin din acea încarnare, mai exact aptitudinile pentru croitorie şi coafură. Aţi putea nu numai să coafaţi, ci chiar să desenaţi modele de pălării foarte originale, care le-ar permite celor ce le poartă să-şi pună în valoare personalitatea".*** (Lectura 1081- 1)

Căci dansul este o artă completă, care integrează nu numai muzica, decorul, ci - lucru esenţial - şi vestimentaţia. Dansatoarea trebuie să „simtă" culorile, formele care-i vor sublinia gesturile şi expresia coregrafică. Ca să vezi! Din orice meserie, chiar şi din aceea de sclavă, poţi învăţa ceva folositor!... Altă lectură:

„Entitatea trăia pe Pământ sub domnia lui Irod cel Mare, între persoanele de la Curte (...).

Ea nu era evreică, ci creştină, şi se numea Adynthe. Era una din favorite, nu ale regelui, ci ale Curţii pentru care anima petrecerile, ca „dansatoare” (în textul lui Cayce, în franceză: „danseuse”)”. (Lectura 342-1)

În fine, ultima:

„Entitatea a fost printre animatoarele, adică „dansatoarele” de la curtea lui Irod, şi una din tovarăşele celei care a cerut capul lui Ioan, adică Salomeea”. (Lectura 5330-1)

Ce efect nostim trebuie să fi avut această revelaţie asupra respectabilei doamne americane, de 43 de ani, care solicitase o lectură despre vieţile ei anterioare. În toate lecturile de mai sus, nu există nici o umbră de îndoială în privinţa funcţiei acelor ***„danseuses”,*** cu excepţia Salomeei, al cărei sânge regal o punea la adăpost de negustorii de carne tânără.

Pe această planetă, binele şi răul coexistă de atâta amar de vreme încât e greu de zărit Era Vărsătorului, aflată atât de aproape, când va exista numai Binele. Atunci, dansul va fi folosit doar pentru a aduce bucurie şi armonie...

Să încheiem cu o lectură scurtă, făcută pentru o femeie de 30 de ani, grav bolnavă, care îl întreabă pe Cayce ce trebuie să facă:

„Dansul îmi dăunează?

- ***Asta-i altă problemă*** [Cayce îi recomandase 15 zile de repaus la pat], ***depinde de tipul de dans pe care îl practicaţi. Dacă e uşor, lin, semănând cu mersul, sau cu valsul, foarte bine. Întrucât nu numai că o să vă schimbe ideile, ci o să vă permită şi exprimarea emoţiilor. În schimb, nu***

încă dansuri obositoare cum sunt giga sau foxtrotul!” (Lectura 578-13)

Cu condiţia să nu forţăm doza, dansul-terapie e tot ce poate fi mai adevărat!

Atenţie la picioare! începem!

Fundaţia E. Cayce

Fundaţia Cayce, adică ARE. (Association for Research and Enlightenment), îşi are sediul în Virginia Beach, pe Atlantic Avenue, colţ cu strada a 67-a.

Adresa poştală este:

P. O. Box 595, Virginia Beach, VA 23451, U.S.A.
Tel. (804) 428-35-88

Cititorii care doresc mai multe informaţii despre Edgar Cayce se pot adresa Asociaţiei „Le Navire Argo” (B. P. 674-08, 75367 Paris, Cedex 08), care organizează cursuri şi lucrări practice (astrologie karmică, citirea aurei, vindecare prin rugăciune, radiestezie, geobiologie, analiza viselor, meloterapie etc.). Le mulţumesc celor vor trimite şi plic timbrat, pentru răspuns.

CUPRINS